

امام جمعه قم: جسارت به پیامبر اکرم(ص) مانع فراگیری اسلام در جهان نخواهد شد

امام جمعه قم گفت: خداوند متعال وعده داده است که دین الهی و حکومت صالحان در زمین فراگیر خواهد شد و اینگونه اقدامات مجاهدانه و کینه توزانه در جسارت به پیامبر اکرم(ص)، نمی‌تواند مانع تحقق وعده‌های الهی در جهان شود.

به گزارش ایرنا، آیت‌الله سید محمد سعیدی در خطبه‌های نماز جمعه که به دلیل قرارگرفتن شهر مقدس قم در وضعیت قرمز کرونایی به صورت مجازی ایراد شد، افزود: متأسفانه امروز در کشورهایی که خود را متعهد می‌دانند، به پیامبر رحمت جسارت می‌شود و رئیس‌جمهوری آنها به اسم آزادی بیان از آن حمایت می‌کند، اما آنها هرگز نمی‌توانند در برابر الهی ایستادگی کنند.

وی افزود: پروردگار متعال برای بندگان خود خیر و صلاح را می‌خواهد و وعده داده است که بندگان شایسته و صالح خداوند روزی در زمین، حکومت مطلق را به دست خواهند گرفت و سنت‌های الهی را در زمین جاری می‌کنند، که ما هم باید در این مسیر تلاش و مجاهدت کنیم.

تولیت آستان مقدس حضرت فاطمه معصومه(س) گفت: انبیای الهی برای هدایت جامعه به سمت فضیلت و سعادت معبود شده و در این مسیر رنج و سختی‌های بسیاری را متحمل شده‌اند زیرا رسیدن انسان‌ها به کمال حقیقی، جز با رهبری حجت الهی میسر نخواهد بود.

وی خاطرنشان کرد: کسانی که منحرف شده و در مسیر شقاوت قرار گرفته‌اند، دست از ظلم و طغیان برمی‌دارند، حجت الهی، بندگان مؤمن را برای مقابله با آنها بسیج خواهد کرد و موانع رسیدن انسان‌ها به کمال و سعادت را از میان برمی‌دارد.

سعیدی تأکید کرد: قرنهاست که مکتب‌های مختلف بشری بدون تکیه بر روحی الهی آمده و رفته‌اند و چیزی به جز تخریب جهان و طبیعت به ارمغان نیاورده‌اند، اما بر اساس وعده‌های الهی حضرت ولیعصر(عج) خواهد آمد و دین خدا را در سراسر زمین حکمفرما می‌کنند.

وی با بیان اینکه ما برای رسیدن به حکومت صالحان باید از نظام

اسلامی حمایت و از ولایت فقیه اطاعت کنیم، گفت: امروز و در شرایط شیوع کرونا در کشورما، باید برای عبور از تمامی مشکلات اقتصادی و اجتماعی، اتحاد و انسجام داشته باشیم و مجاهدانه تلاش کنیم.

عزم وزارت صنعت برای داخلی سازی ۸میلیارد دلار کالای وارداتی

مسئول طرح و برنامه وزارت صنعت، معدن و تجارت از عزم این

وزارتخانه برای جایگزینی واردات و داخلی سازی ۲۱۰ محصول وارداتی

به ارزش ۸میلیارد دلار خبر داد.

سعید زرندي در مصاحبه با خبرگزاری صدا و سیماگفت: به این منظور در سامانه بهین یاب، بخشی را به عنوان فرصت‌های سرمایه گذاری راه‌اندازی کردیم که در این بخش موضوعات جایگزینی واردات اعلام می‌شود و حتی اعلام کردیم چند واحد و با چه ظرفیتی در آن حوزه مشغول به کار هستند یعنی اگر سرمایه گذاران می‌خواهند در این باره ورود کنند، توصیه ما این است موضوعاتی را که به کاهش واردات و کاهش ارزبری منجر می‌شود، در اولویت خود قرار دهند.

وی گفت: حتی طرح‌های نیمه تمام کشور با درصد پیشرفت هر طرح در سامانه بهین یاب مشخص شده تا سرمایه گذاران بدانند در چه بخش‌هایی نیاز به سرمایه گذاری داریم.

همچنین در این سامانه محصولاتی که در آن ظرفیت صادراتی داریم، مشخص کردیم تا سرمایه گذاران با نگاه زنجیره ارزش به آن حوزه وارد شوند؛ ضمن این که صنایع اشباح شده را هم اطلاع رسانی کردیم تا سرمایه گذاران با آگاهی اقدام به سرمایه‌گذاری کنند.

علاوه بر این، برنامه وزارت صنعت اضافه کرد: در مجموع سرمایه گذاری که وارد سایت بهین یاب می‌شود هم می‌تواند واحدهای تعطیل را ببیند و هم می‌تواند طرح‌های نیمه تمام را که مالکان آن به واگذاری یا مشارکت علاقه‌مند شده‌اند ببیند.

وی با بیان این که برای راه اندازی ۸هزار و ۲۰۰واحد تعطیل هدف گذاری کرده‌ام؛ گفت: اکنون از این میزان ۷۶۰۰واحد بسته شده‌اند؛ ضمن این که برای واحدهایی که زیر ظرفیت فعالیت می‌باشند، سعی کردیم هم در تأمین منابع ارزی و ریالی آنها کمک کنیم و هم اجازه دادیم در فضای اضافی خود کارخانه جدیدی مستقر کنند؛ یعنی بدو این که زمینه‌ای برای سایت و سوله سازی برداشت شود، از امکانات و زیربناهای موجود برای سرمایه گذاری جدید استفاده شود.

زرندي با بیان این که باید تولید فائزانه را به عنوان جهت گیری اصلی کشور قرار دهیم، افزود: تولید همچنان که از نظر کمی افزایش می‌یابد، از لحاظ ارزش آفرینی هم باید ارتقا یابد که در این باره رسوخ فناوری شرکت‌های دانش بنیان در حوزه صنعت را مدنظر قرار دادیم؛ ضمن این که به ۱۳۸شرکت دانش بنیانی که توانسته‌اند قرارداد همکاری با صنعت امضا کنند، حدود ۲۰۰میلیارد تومان پرداخت کرده‌ام که در قالب حمایت سازمان‌های توسعه‌ای ما از این شرکت‌ها اعطا شده است.

تأکید وزیر راه بر تسریع در افتتاح کنارگذر جنوبی تهران

وزیر راه و شهرسازی در بازدید از پروژه کنارگذر جنوبی تهران (آزادراه غدیری) بر لزوم هماهنگی‌های لازم بین دستگاه ها برای اتمام هرچه زودتر این پروژه تأکید کرد.

به گزارش خبرگزاری صدا و سیما، محمد اسلامی با حضور در پروژه کنارگذر جنوبی تهران (آزادراه غدیرس) در جریان آخرین مراحل تکمیل و نهایی شدن این پروژه قرار گرفت و در جلسه با مسئولان و پیمانکاران این پروژه، با اشاره به اهمیت این آزادراه در توسعه کریدورهای حمل و نقلی کشور گفت: این پروژه و زندگی مردم بین‌المللی بخش مهمی از جاده ابریشم است که می تواند نقش مهمی در کاهش مزاحمت پاره‌های ترانزیتی برای مردم در استان های تهران و البرز داشته باشد.

وی با اشاره به اینکه بهره‌برداری از این آزادراه یک اتفاق مهم برای کشور بوده و کاری بزرگ و ماندگار است که در اقتصاد و زندگی مردم نقش خواهد داشت، گفت: مردم باید در این مسیر از محیطی امن و مناسب عبور کنند و از این رو باقی استست هرچه زودتر عملیات لازمی مانده تمام و این پروژه آماده بهره‌برداری شود.

وزیر راه و شهرسازی افزود: به همین خصوص لازم است: هماهنگی‌های ضروری در خصوص ساخت مصالح های بن راهی، جایگاه سوخت، متجم دوربین های ETC (عوارض آزادراهی)، نصب روشنایی ها در همه نقاط به خصوص مناطق تبادلی، نصب میلپان با کیفیت و انجام خط کشی و اسفالت مناسب انجام شود. وی همچنین در این جلسه بر لزوم هماهنگی های لازم با پلیس راه و دیگر دستگاه های مرتبط برای بهره برداری از این پروژه آزادراهی تأکید کرد.

اسلامی همچنین در گفتگو با شبکه خبر از تجهیز ۴۰۰ اتوبان و آزادراه کشور به فناوری عوارض الکترونیک خبر داد.

به گزارش مهر به نقل از وزارت راه و شهرسازی، وی در پاسخ به اینکه برخی از مردم گله‌مندند که چرا برخی از عوارض بزرگراه‌های کشور از جمله عوارضی بزرگراه همت - کرج دریافت‌چرخ عوارض الکترونیکی در صورت تغییر داده‌اند؛ گفت: متأسفانه بعضی از مردم به رفاه آزادشدنی که

وزیر صنعت: سیاست جدید واردات در مقابل صادرات به زودی ابلاغ می‌شود

رئیس جمهوری سیاست جدید واردات در مقابل صادرات از طسی چند روز آینده ابلاغ خواهد کرد که براساس آن صادرکنندگان می‌توانند براساس اولویت بندی وزارت صنعت، محصولات داخلی مواد اولیه کارخانجات و کالاهای ضروری را وارد و رفع تعهد ارزی کنند.

به گزارش خبرگزاری صدا و سیما، علیرضا رزم حبیبی وزیر صنعت، معدن و تجارت در حاشیه دیدار با معاون علمی و فناوری رئیس جمهوری در جمع خبرنگاران ضمن اعلام این مطلب گفت: با اجرایی شدن سیاست واردات در مقابل صادرات، در شش ماهه مورد امسال صادرات کشور افزایش یابد و مواد اولیه کارخانجات و کالاهای ضروری بیشتری وارد شود ضمن اینکه تولید کالاهای داخلی هم افزایش خواهد یابد.

وی با اظهار اینکه بنا داریم این حرکت را با درایت و هم اندیشی با تشکل های بخش خصوصی، مجلس و دولت همراه کنیم، گفت: ظرفیت داخل کشور برای جهش تولید مهیاست اما در این باره وزارت صنعت باید برکواسی نحس اداری، قوانین مزاحم و بخشنامه‌های شبانه را متوقف کند؛ البته ما در چهار هفته اخیر هیچ بخشنامه‌ای صادر نکردیم که اختلال در اقتصاد کشور ایجاد کند یا شرکت هایی متضرر شوند.

وزیر صنعت، معدن و تجارت با اشاره به این که سیاست وزارت صنعت، فراوانی عرضه کالاست، تصریح کرد:

اگر عرضه افزایش یابد، قیمت ها هم کاهش می یابد؛ ضمن این که سیاست دیگر ما تشدید نظارت بر بازار کالاهایی است که مشمول قیمت گذاری و نظارت هستند؛ از این رو هر چه افزایش قیمت بر بنگکاران، عمده فروشان و ابزاراران را با همکاری سازمان تعزیرات حکومتی به صورت هوشمند تشدید خواهیم کرد.

وی افزود: ما دنبال مقابله با گرانفروشی هستیم زیرا

به دلیل شرایط به وجود آمده در کشور از جمله افزایش نرخ ارز، نوسانات قیمتی را در بازار داریم، بنابراین ما

می‌کنیم با همه ابزارهای ما اختیار با گرانفروشی مقابله

کنیم؛ در جمله در فولاد تصمیمی اتخاذ کردیم تا همه

محصولات این حوزه در بورس عرضه نشود که با این

تمهیدات و با استفاده از ابزارهای مالی و مدیریتی امیدواریم

قیمت ها در بازار به طور نسبی کاهش یابد.

رزم حبیبی وزیر امور کشور گفت: شورای

۱۷ رفغ دغدغه ها در بازار روغن، در چند روز گذشته

روغن خام را به آن ها را تحویل دادیم و تولید آن ها راه

افتاد؛ از این رو هیچ نگرانی درباره روغن نداریم.

وی با بیان این که هنوز درباره تغییر قیمت روغن

تصمیم در ستاد تنظیم بازار نگرفته ایم، افزود: از بابت

تأمین و توزیع روغن هیچ گونه نگرانی نداریم زیرا

کشتی های حامل روغن خام در مسیر ورود به بنادر

کشور است.

وزیر صنعت همچنین درباره تغییر قیمت مرغ در بازار

اظهارداشت: ارز ۲۲۰۰ تومانی برای تأمین نهاده های دامی

استاندارد ۳۰۰ هزار مرکز توزیع کالا را بازرسی می‌کند

معاون نظارت بر اجرای استاندارد

سازمان ملی استاندارد از برنامه ریزی

برای بازرسی از ۳۰۰ هزار مرکز توزیع

کالا تا پایان سال خبر داد.

وحید مرتضی مقدم در مصاحبه

با خبرگزاری صدا و سیما با بیان اینکه

در هر بازرسی کالاهای متعددی مورد

بازرسی قرار می‌گیرد، افزود: به عنوان

مثال در یک فروشگاه زنجیره ای

۱۰۰۰ قلم کالا مورد بازرسی

قرار می‌گیرد که این اقدام به صورت

برنامه‌ای انجام می‌شود؛ با اشاره به

اینکه این بازرسی‌ها به معلق شدن و

اطمینان از روند صدور پروانه‌های

استاندارد کمک می‌کند، درباره بازرسی

و جایگاه‌های عرضه بنزین گفت:

بعدی، رسیدن به استانداردهای یورو

۱۲۰۰ است که در صورت تصویب،

وضعیت کشور در این زمینه صعودی

وزیر صنعت: سیاست جدید واردات در مقابل صادرات به زودی ابلاغ می‌شود

در اختیار وزارت جهاد کشاورزی قرار می‌گیرد ضمن این که شبکه توزیع تا مصرف کننده نهایی این محصول براساس آن صادرکنندگان می‌توانند براساس اولویت بندی وزارت صنعت، محصولات داخلی مواد اولیه کارخانجات و کالاهای ضروری را وارد و رفع تعهد ارزی کنند.

به گزارش خبرگزاری صدا و سیما، علیرضا رزم حبیبی وزیر صنعت، معدن و تجارت در حاشیه دیدار با معاون علمی و فناوری رئیس جمهوری در جمع خبرنگاران ضمن اعلام این مطلب گفت: با اجرایی شدن سیاست واردات در مقابل صادرات، در شش ماهه مورد امسال صادرات کشور افزایش یابد و مواد اولیه کارخانجات و کالاهای ضروری بیشتری وارد شود ضمن اینکه تولید کالاهای داخلی هم افزایش خواهد یافت.

وی با اظهار اینکه بنا داریم این حرکت را با درایت و دولت همراه کنیم، گفت: ظرفیت داخل کشور برای جهش تولید مهیاست اما در این باره وزارت صنعت باید برکواسی نحس اداری، قوانین مزاحم و بخشنامه‌های شبانه را متوقف کند؛ البته ما در چهار هفته اخیر هیچ بخشنامه‌ای صادر نکردیم که اختلال در اقتصاد کشور ایجاد کند یا شرکت هایی متضرر شوند.

وزیر صنعت، معدن و تجارت با اشاره به این که سیاست وزارت صنعت، فراوانی عرضه کالاست، تصریح کرد:

اگر عرضه افزایش یابد، قیمت ها هم کاهش می یابد؛ ضمن این که سیاست دیگر ما تشدید نظارت بر بازار

کالاهایی است که مشمول قیمت گذاری و نظارت هستند؛

از این رو هر چه افزایش قیمت بر بنگکاران، عمده فروشان و ابزاراران را با همکاری سازمان تعزیرات حکومتی به

صورت هوشمند تشدید خواهیم کرد.

وی افزود: ما دنبال مقابله با گرانفروشی هستیم زیرا

به دلیل شرایط به وجود آمده در کشور از جمله افزایش نرخ ارز، نوسانات قیمتی را در بازار داریم، بنابراین ما

می‌کنیم با همه ابزارهای ما اختیار با گرانفروشی مقابله

کنیم؛ در جمله در فولاد تصمیمی اتخاذ کردیم تا همه

محصولات این حوزه در بورس عرضه نشود که با این

تمهیدات و با استفاده از ابزارهای مالی و مدیریتی امیدواریم

قیمت ها در بازار به طور نسبی کاهش یابد.

رزم حبیبی وزیر امور کشور گفت: شورای

۱۷ رفغ دغدغه ها در بازار روغن، در چند روز گذشته

روغن خام را به آن ها را تحویل دادیم و تولید آن ها راه

افتاد؛ از این رو هیچ نگرانی درباره روغن نداریم.

وی با بیان این که هنوز درباره تغییر قیمت روغن

تصمیم در ستاد تنظیم بازار نگرفته ایم، افزود: از بابت

تأمین و توزیع روغن هیچ گونه نگرانی نداریم زیرا

کشتی های حامل روغن خام در مسیر ورود به بنادر

کشور است.

وزیر صنعت همچنین درباره تغییر قیمت مرغ در بازار

اظهارداشت: ارز ۲۲۰۰ تومانی برای تأمین نهاده های دامی

وزیر صنعت در حاشیه دیدار با معاون علمی و فناوری رئیس جهپوری: در نیمه دوم امسال صادرات افزایش می‌یابد

وزیر صنعت در حاشیه دیدار با معاون علمی و فناوری رئیس جهپوری: در نیمه دوم امسال صادرات افزایش می‌یابد

افزایش تولید و هم وارد کردن رقبای جدید به صنعت خودرو، تشنگان تا امکانی که از این مسیر ایجاد می‌شود، مصرف کنندگان از خودروهای مناسب با قیمت مناسب برخوردار شوند.

ایسن عضو کمیته دولت افزود: به دلیل این که دو

شرکت دولتی انحصار خودرو را در بعضی از محصولات

خودرو، اختیار دارند، شورای رقابت براساس قانون مدعی

است که باید محصولات انحصاری را قیمت گذاری کند،

البته قیمت اعلامی ششورای رقابت با قیمت تمام شده

خودروسازان و قیمت بازار متفاوت است.

وی خاطر نشان کرد: براساس قانون در حال مذاکره با

شورای رقابت هستیم تا قیمتی تعیین شود که هم مصرف

کننده زیان نکند و هم افزایش تولید دربر صورت گیرد.

رزم حبیبی گفت: متأسفانه در حوزه صنعت خودرو

عقب افتادگی داریم و نیاز داریم نسبتیم به طور شایسته‌ر

ساخت داخل اقدام کنیم و نتیجه آن هم در تحریرها

وی با تأکید بر اینکه همکاری معاونت علمی فناوری

ریاست جمهوری با وزارت صنعت در راستای حمایت از

شرکت‌های دانش بنیان می‌تواند مسیر خوبی را برای آینده

کشور ترسیم کند، گفت: نیمی از شرکت‌های دانش‌بنیان

وزیر صنعت: سیاست جدید واردات در مقابل صادرات به زودی ابلاغ می‌شود

وی با بیان این که ۴۰درصد تولید ناخالص داخلی ۲۸ درصد اشتغال کشور در زیرمجموعه های وزارت صنعت خلاصه شده است، تصریح کرد: این موضوع نشان می‌دهد که ظرفیت بسیار خوبی در وزارت صنعت برای پشتیبانی از شرکت های دانش بنیان وجود دارد؛ از این دل گزارز جدید به گونه ای عمل می‌کنیم که در اول واحدهای تحقیق و توسعه و مهندسی شرکت های بزرگ و متوسط، شرکت های دانش بنیان به ویژه در حوزه قطعه سازی ایجاد شود.

وزیر صنعت افزود:بنابراین وارد کردن شرکت های

رقیب برای شرکت های دولتی در صنعت خودروسازی

کیفیت و رقابت را در بازار خودرو افزایش خواهد داد

وی افزود: در شرایط موجود انتظار می‌رود صدا و

سیما و دیگر رسانه‌ها در جهت ایجاد آراش در بازار کام

بردارند، ضمن اینکه مردم هم نباید دغدغه و نگرانی بابت

تأمین کالاهای مورد نیاز خود داشته باشند.

رزم حبیبی ادامه داد: وزارت صنعت، معدن و تجارت

بر اساس تکالیف قانونی مصرح در قانون بهبود فضای

کسب‌وکار، برای صدور بخشنامه‌ها، نظر مشورتی انجمن‌ها،

تشکل ها و بخش خصوصی را دریافت خواهد کرد.

معاون علمی و فناوری رئیس جمهوری هم در نشست

مشترک با وزیر صنعت از داخلی سازی قطعات حساس

خودرو از جمله قطعات الکترونیک توسط شرکت های

دانش بنیان خبر داد.

سورنا سنستاری گفت: در نتیجه برگزاری میزهای

ساخت داخل در صنعت خودرو، بسیاری از قطعات مورد

نیاز به ویژه در حوزه الکترونیک توسط شرکت های دانش

بنیان داخلی سازی شده که قطعه ای سی یو با همان رایانه

خودرو از جمله آن است.

وی افزود: تأمین قطعات خودرو و ارزبری بالای

برخی خودروها از مشکلات کنونی صنعت خودروسازی

کشور است که با شروع نهضت ساخت داخل، بسیاری

از این قطعات داخلی سازی شده و بقیه قطعات هم در

معمولان علمی و فناوری رئیس جمهوری تصریح

کرد: بحث دیگر ما در صنعت خودروسازی، استفاده از

شرکت های دانش بنیان برای متحول کردن این صنعت

است که گونه ای است که بتوانیم سالانه چند مدل خودرو جدید

را تولید کنیم و در حوزه خودروهای برقی و هوشمند

هم ورود کنیم.

وی اضافه کرد: هم اکنون مراکز نوآوری در

خودروسازی های کشور تشکیل شده که امیدواریم در

نتیجه آن اتفاقات خوبی در حوزه خودریمانند.

سنستاری با اشاره به این که وزارت صنعت یکی از

قطب‌ها و پایه های کار اقتصاد دانش بنیان است، گفت:

تسهیلات خوبی با این وزارتخانه داریم که شامل مواردی

شرکت های دانش بنیان در حوزه ماشین‌های زمین شناسی

سازمان حساس سازمان توسعه تجارت و به ویژه در حوزه

صادرات است ضمن اینکه استاندارد با (کسب و کارهای

نو)ا مآدگی دارند در زنجیره های مختلف از امنیت غذایی

تا واردات دارو نقش کمک کننده ای ایفا کنند.

معاون وزیر بهداشت: نیمی از تخت‌های «آی‌سی‌یو» در اشغال بیماران کرونایی است

مرحله دوم ثبت نام مسکن ملی قطعا انجام می‌شود که امکان دارد تا چند ماه آینده این اتفاق بیفتد. ما در حال بررسی‌س موارد مرتبط هستیم و به محض فراخ شدن از این مسئله، ثبت نام اقدام ملی برای مرحله دوم در کشور آغاز شده و به صورت سراسری توسط وزارت راه و شهرسازی اعلام خواهد شد.

به گزارش ایرنا، خلیل محبت

خواه مدیرکل راه و شهرسازی

استان تهران درباره اجرای «فرم ج

داشت: متقاضیان ثبت نام برای طرح

۱۰۰۰ مسکن برای دارای ایا طرح

سبز باشند و به این معنی است که

متقاضی از اول فروردین ۸۴ فاقد

مالکیت مسکنی بوده و از ابتدای

انقلاب از هیچ ک از امکانات

دولتی اعم از زمین و واحد مسکونی

دولتی و همچنین تسهیلات یارانه‌ای

استفاده نکرده است و حداقل پنج

سال سابقه سکونت در شهر مورد

تقاضا را دارد. همچنین خانم‌های

مجرد بالای ۳۵ سال و زنان

سرپرست بالای ۴۰ سال و این

طرح می‌شوند.

وی افزود: وام ودیعه مسکن

عامل قرمز شدن فرج " نیست؛

ضمن آنکه برای ثبت نام، سبز بودن

فرم جسم الزامی است. همچنین

کسی که وام ودیعه مسکن را

گرفته می‌تواند از سایر وام‌های

بانک مسکن استفاده کند و این

مساله مانعی ایجاد نمی‌کند.

مدیرکل راه و شهرسازی استان

تهران گفت: برخی‌ها از گذشته

پس از ثبت نام در طرح مسکن

مهر امتیاز خود را فراموش کرده‌اند که

این آگاهی بسیار ضروری است که

هر خانوار ایرانی یک بار می‌تواند

از تسهیلات دولتی استفاده کند لذا

خرد و فروش این تسهیلات به

اجرای طرح استقرار مدیریت یکپارچه حوضه های آبریز

قامت مقام شرکت مدیریت منابع آب کشور از اجرای طرح استقرار

مدیریت یکپارچه رودخانه‌ها و حوضه‌های آبریز کشور خبر داد.

به گزارش مهر به نقل از صدا و سیما، محمد حاج رسولی‌ها با اشاره

به اجرای این طرح تا پایان سال جاری افزود: این طرح به منظور استفاده

حداکثری از منابع آبی موجود در کشور اجرایی خواهد شد.

وی با اشاره به ضرورت همکاری همه دستگاه‌های مسئول در بخش

آب کشور گفت: متعادل سازی و توزیع علاقه‌ا با منشأ تا محل مصرف

از دیگر اهداف یکپارچه سازی مدیریت حوضه‌های آبریز کشوراست.

بقیه از

در جامعه همه انسان‌ها در برابر یکدیگر مسئول‌اند و مدیریت شهری نیز در این میان برکنار از مسئولیت نیست، هر سه واژه خوشبشاری، پایدگسی یا وظیفه در شکل متفاوت ولی از بار معنایی یکسان برخوردارند و از جامعه انسانی بر می‌آیند. شهروندانی که به حقوق خود آشنایی نداشته‌اند چه‌بسا ناآر خودار از کمترین حقوق خود خواهند بود.

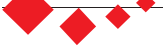
دولت‌شهر و ایران‌شهر دو واژه هم‌آهنگ ولی دارای مفهوم‌های جادیده، دولت‌شهر در همه تاریخ و پیش از تمدن ایران‌باستان تالو داشته؛ در آسیا آشوریان پس از ۵۰۰ سال سرزمین‌شان را به مادهای آذاده سپردند(۶۰۰ پیش از میلاد) که رژیم امپراتوری و بردگی را برسر نمی‌تافتند و کارهای خود را با چند دولت‌شهر پیش می‌بردند. واژه‌های رایجی با سکاالش در گریش، شایسته‌سالارها، برابری حقوق میان مردم، مسئولیت‌بخشی، مجلس مهستان اشکانی، همه این واژه‌ها به دولت‌شهرند.

پرسمان یا مسئله مهم مدیریت شهری در تراز جهانی همیشه مطرح بوده استست و در برگزیده سنجی‌های حقوق شهروندی، زندگی شهروندان و مدیریت شهری استست. مدیریت شهری دربردارنده برنامه‌های سیاست‌گذاری، برنامه‌ریزی، هماهنگی، سازماندهی و دیده‌بانی است؛ ولی فرایند برنامه‌ریزی شهری زمانی سرودمند خواهد بود که دیدگاه شهروندان زیر لحاظ شود.



*** عباس سبزواری – پژو‌هشگر فرهنگی و اجتماعی: کلمه و یژه، واژه پر مفهومی است و اشاره به وافی و کافی بودن اقدام دارد که باید گفت با این مفهوم، فاصله قابل توجهی میان وضعیت موجود با شرایط مطلوب در دو قلمر و پر اهمیت سلامت اجتماعی و همچنین مناسب‌سازی شهر برای همه وجود دارد**

*** آنچه ما به دنبال آن هستیم بیشتر باید در شهرسازی دیده شود؛ متأسفانه نگاه غالب در شهرسازی ماکالیدی است و این‌گونه نگرش به خودی خود یکی از آسیب‌های جدی قلمر و شهرسازی به‌شمار می‌رود**



آزوم آگاهی از چندی و چونی شهرها
آیا اوضاع ساختاری شهر ما رو به راه است؟ این نخستین پرسش از عباس سبزواری – پژو‌هشگر فرهنگی و اجتماعی است که می‌گوید: پرسش شما خیلی کلی است چون دیگر می‌گویم: در قلمرو سلامت اجتماعی و مناسب‌سازی شهر، توجه ویژه‌ای انجام گرفته است؟

پاسخ سبزواری: «کلمه ویژه، واژه پر مفهومی است و اشاره به وافی و کافی‌بودن اقدام دارد؛ که باید گفت با این مفهوم، فاصله قابل توجهی میان وضعیت موجود با شرایط مطلوب در دو قلمرو پر اهمیت سلامت اجتماعی و همچنین مناسب‌سازی شهر برای همه و به ویژه برای توان‌جویان وجود دارد.»

«آنچه ما به دنبال آن هستیم بیشتر باید در شهرسازی دیده شود؛ متأسفانه نگاه غالب در شهرسازی ماکالیدی است و این‌گونه نگرش به خودی خود یکی از آسیب‌های جدی قلمرو شهرسازی به‌شمار می‌رود و قربانی این نگاه بیشتر سلامت اجتماعی جامعه است، شوربخانه شهرسازان ما با کمترین رویکرد اجتماعی، فیزیک و کالدر را –که نمود بیشتری دارد مورد توجه قرار می‌دهند! شاید دلیل بیشترین آن همین (بهرتر دیدمشان) پیشرفت فیزیکی است.»

«از دید من پیشرفت شهرها بدون یا با کمترین میزان مطالعات اجتماعی انجام می‌شود در حالی که جرای هر پروژه شهری باید همراه با پیوست‌های

مرتبط آن از جمله پیوست اجتماعی باشد. باید توجه داشت جامعه و شهر، یک وجود زنده است؛ موجود زنده دارای اندیشه، نظر، کشش و واکنش است. اگر شما چیزی را برای اجتماع بویایی می‌سازید علاوه بر علم کافی، بطور قطع باید افکار،نظرات، نقاط ضعف، قوت، فرهنگ، سنت، آسیب‌ها و زوایای جامعه‌شناختی آن را مطالعه کرده و درک کردپاششید و سپس با در

نظر گرفتن آن‌ها مبادرت به طراحی کنید؛ به نحوی که آن طرح بتواند نیازهای شهروندان(امتنی)آشیش، سلامت جسمی، روانی و اجتماعی، دسترسی(راحت) را تأمین کرده و به کاهش جرم‌ها و آسیب‌ها و ارتقا و تقویت فضای یک جامعه به ویژه سرمایه‌های اجتماعی کمک کند و پس از آن، کار اجرا را آغاز کنید. موردهای گفته شده در تئوری معماری شهری وجود دارد و به آن فِناز صفر می‌گویند ولی این که چقدر عملی و واقعی باشد مسئله ما است.»

پیوند چهارسوی شهر

برای روشن‌شدن این که تصمیمات شهرسازی چگونه با سلامت اجتماعی ارتباط می‌یابد سبزواری به نمونه‌ها یا مصداق‌ها می‌پردازد: «فرض که مسئولین شهری بدون مطالعات تخصصی تصمیم بگیرند میدانی را به چهار راه تبدیل کنند و این تصمیم بدون مطالعه در این تقاطع، ترافیک ایجاد شود؛ این ترافیک و راه بندان، استرس را رانندگان خودروها را افزایش می‌دهد.



افزایش استرس در برخی از رانندگان می‌تواند پرخاشگری به وجود آورد و نزاع‌های خیابانی ایجاد کند و در برخی دیگر آستانه تحمل‌شان را کاهش داده و آنان خلق تنگی خود را به خاتمه برند، در نتیجه درجه تنش‌های خوراگاهی بالا می‌آید. بدین‌گونه پروژه‌های عمرانی مطالعه‌نشده سلامت روانی و اجتماعی جامعه را تهدید می‌کند.

کئید شهرساز با تجربه‌ای در پلن خود بخشی از کوجه‌های فرعی را با مطالعه‌ات میدانی و هدفمند مسدود کند، این کار موجب می‌شود رفت‌وآمد خودروها در این کوجه‌ها محدود به ساکنین و حرکت آن‌ها بسیار کند نشود، در نتیجه کوجه برای حضور کودکان امن شده و ارتباط پدر و مادر همان کودکان با هم بیشتر می‌شود و شبکه اجتماعی به وجود می‌آورد

که در نهاد خود گونه‌ای سرمایه اجتماعی ست و بسترساز سلامت اجتماعی خواهد بود.

اجرای سلیقه‌ای پروژه‌های شهری و بدون لحاظ دیگر پدیده‌های ناگوار اقتصادی و اجتماعی، آسیب‌های جبران‌ناپذیری به بافت شهری و شهروندان می‌زند.»

«کنته ظرفیت پیوست شهرسازی این است که حتی ممکن است پروژه‌های دارای فاز سفر یا همان

پیوست‌های مطالعاتی لازم باشد اما کیفیت نداشته باشد و تنها برای رفع مسئولیت تهیه و پیوست شده باشد؛

صرف داشتن پیوست‌ها دلیل مفیدبودن آن‌ها نیست به اشتراک بگذارم؛ از آرزوهای من این است که هر

مسئول شهرسازی و طراحی شهری را قبل از اعطای مسئولیت با تمایل خودش، انگار که توان حرکتی محدودی دارد روی ویلچر بنشانند و بگویند تنها یک هفته مثل معلول حرکتی زندگی کند و پس از آن وی را در آن سمت بگماردند.

«بسیاری از ما که حقوق معلولان را رعایت نمی‌کنیم به این دلیل نیست که آدم‌های بدی هستیم بلکه قادر به درک شرایط آنان نیستیم؛ و این ریشه روانشناختی دارد و مربوط به پایین‌بودن قدرت تحلیل فرد است که نمی‌تواند خودش را جای فرد معلول

نگاهی به شهر و پدیده‌های شهری(بخش یکم)

آیا شهر در برابر شهروندانش مسئولیت دارد؟



بگذارم؛ که البته از حوصله این گفتگو خارج است.

استر که برای طراحان و مجریان پروژه‌های شهری که مسلط به مهندسی هستند اما اطلاعات زیادی از علوم‌انسانی و اجتماعی ندارند، حداقل یک کارگاه آموزشی آشنایی با سرمایه‌های غیراقتصادی و اجتماعی همچنین کارکردهای این نوع سرمایه‌ها برگزار کنند.

به باور سبزواری این کار می‌تواند موجب همسویی بیشتر آنان با نگرش‌های اجتماعی شود.

گوشه‌چشمی به توان‌جویان شهری

این که چقدر ضرورت دارد در راستای پشتیبانی از توان‌یایان و توانمندسازی این گروه، محیط برای حضور آنان در جامعه مناسب‌سازی شود سبزواری باور دارد: «بدیهی است قبل از آن که به توان‌جویان جامعه بگوییم معلولین محدودیت نیست و می‌توانند

کم و بیش زندگی‌ای مثل دیگر مردمان داشته باشند، باید دید آیا زیرساخت لازم را برای این که یک درخت توان‌جو بتواند در جامعه به سهولت کار و زندگی کند، فراهم کرده‌ایم؟»

«من از دیرباز در قلمرو عمران شهری برای معلولین یک فائزوی داشته‌ام و مایلم آن را با خوانندگان به اشتراک بگذارم؛ از آرزوهای من این است که هر

تجربیات ویلچرنشینی خود را روایت کنند؛ یا سالن تئاتری ویژه خود که برای تخلیه روانی، نمایشنامه به محددی دارد روی ویلچر بنشانند و بگویند تنها یک هفته مثل معلول حرکتی زندگی کند و پس از آن حقوق شهروندی، مردم خشنود باشند. دیدگاه عباس سبزواری این‌کمی متفاوت است:

«جرا حقوق شهروندی هدف نیست، خواست حقوق شهروندی یک مسیر برای تأمین ایجاد خوشنودی در شهروندان است. توجه داشته باشیم حتی اگر جامعه به رفاه برسد شاید به آسایش نرسد؛

«آیا باید ساختمان‌ها و اداره‌ها بر اساس نیاز توان‌یایان بخش‌بندی شود؟ نه ضروری به جداسازی است و نه به مصلحت، مهم فراهم‌سازی امکان دسترسی آسان برای آن‌هاست تا همراه با دیگر شهروندان کارهاشان را پیش ببرند.»

آیا چالش‌های شهر شما فردی‌ست؟

سبزواری می‌گوید: «اجازه بدهید از واژه مسئله استفاده کنیم تا ناخودآگاه به این باور برسیم که بی‌گمان راحلی برای آن‌ها وجود دارد. اما در پاسخ به سوراتان هر جامعه‌ای می‌تواند دارای مسائلی باشد که بخشی از آن‌ها فردی و بخشی اجتماعی‌اند؛ ما در مسائل کلان شهری بیشتر با مسائل اجتماعی سروکار داریم و بیشتر

باید به آن‌ها پرداخت.»

مردم برای برداشتن چالش‌ها چه‌اندازه با آسیب‌دیدگان همراهی دارند، آیا دارمندان شهر

پاسخ سبزواری: «همراه‌کردن مردم با آسیب‌دیدگان

موضوعی بیشنی و نگرش‌نی‌ست و مستلزم برخورداری از مسئولیت اجتماعی و نگاه انسان‌دوستانه و خیرخواهانه.

این نگاه اکتسبای است یعنی کسی مادرزاد نیکوکار به دنیا نمی‌آید؛ متأسفانه ما در ایران نه هیچ برنامه‌ای برای دشت تعریف کنند و پایبند باشند، در این صورت و نه آن مسئولیت به‌طور رسمی بر دوش هیچ نهادی از خانواده تا مدرسه و دانشگاه و تلویزیون گذاشته

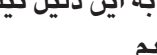


*** فرض که مسئولین شهری بدون مطالعات تخصصی تصمیم بگیرند میدانی ر، به چهار راه تبدیل کنند و این تصمیم بدون مطالعه در این تقاطع، ترافیک ایجاد شود؛ این ترافیک و راه‌بندان، استرس را رانندگان خودر وها را افزایش می‌دهد**

*** فرض کنید شهرساز با تجربه‌ای در پلن خود بخشی از کوجه‌های فرعی را مطالعات میدانی و هدفمند مسدود کند؛ این کار موجب می‌شود رفت‌وآمد خودر وها در این کوجه‌ها محدود به ساکنین و حرکت آن‌ها بسیار کند شود، در نتیجه کوجه برای حضور کودکان امن شده و ارتباط پدر و مادر همان کودکان با**

هم بیشتر می‌شود

*** بسیاری از ما که حقوق معلولان را رعایت نمی‌کنیم به این دلیل نیست که آدم‌های بدی هستیم بلکه قادر به درک شرایط آنان نیستیم**



به دیگر این که رشد و پیشرفت یک منطقه بدون رشد کنری – فرهنگی آن‌جا، می‌تواند خشک‌نگاه آسب برای آن منطقه بشود. نمونه‌آوردن بسیار ساده است، اگر کوجه‌های یک شهر را غرضی و تبدیل به خیابان کنیم اما همزمان جامعه را در لحاظ نگیریم – رفتاری همراه نکنیم، به‌عریض شل‌دن گذرگاه، سرعت اتومبیل‌ها بالا می‌رود و مردم خود را به خطر می‌اندازند؛ که سپس مجبور می‌شویم با کمک سرعت‌گیر و استقرار پلیس و دوربین آن‌ها را به کنترل درآوریم، در حالی که اگر توسعه متوازن انجام شود، خود شهروندان بر رفتار خود کنترل خواهند داشت و نیازی به ابزارهای محدودکننده و بازدارنده و برخورد‌های قهری، جریمه و توبیخ نیست و جرم‌ها افزایش نمی‌یابد، به سختی دیگر نمی‌شود شما تمام تمرکز قوی‌های ما خطرناک برای دیگران نخواهید پرورد؛ اگر در فاکتد معیارهای ارزشی و اخلاقی است و می‌تواند با زوری که به او بخشیده‌اید، به دیگران آسیب نرزد، به این دلیل اگر توسعه متوازن و در همه ابعاد رخ ندهد، آسینانک است و مدیران باید به این مهم توجه کنند.

رشد کنری – فرهنگی آن‌جا، می‌تواند خشک‌نگاه آسب برای آن منطقه بشود. نمونه‌آوردن بسیار ساده است، اگر کوجه‌های یک شهر را غرضی و تبدیل به خیابان کنیم اما همزمان جامعه را در لحاظ نگیریم – رفتاری همراه نکنیم، به‌عریض شل‌دن گذرگاه، سرعت اتومبیل‌ها بالا می‌رود و مردم خود را به خطر می‌اندازند؛ که سپس مجبور می‌شویم با کمک سرعت‌گیر و استقرار پلیس و دوربین آن‌ها را به کنترل درآوریم، در حالی که اگر توسعه متوازن انجام شود، خود شهروندان بر رفتار خود کنترل خواهند داشت و نیازی به ابزارهای محدودکننده و بازدارنده و برخورد‌های قهری، جریمه و توبیخ نیست و جرم‌ها افزایش نمی‌یابد، به سختی دیگر نمی‌شود شما تمام تمرکز قوی‌های ما خطرناک برای دیگران نخواهید پرورد؛ اگر در فاکتد معیارهای ارزشی و اخلاقی است و می‌تواند با زوری که به او بخشیده‌اید، به دیگران آسیب نرزد، به این دلیل اگر توسعه متوازن و در همه ابعاد رخ ندهد، آسینانک است و مدیران باید به این مهم توجه کنند.

رشد کنری – فرهنگی آن‌جا، می‌تواند خشک‌نگاه آسب برای آن منطقه بشود. نمونه‌آوردن بسیار ساده است، اگر کوجه‌های یک شهر را غرضی و تبدیل به خیابان کنیم اما همزمان جامعه را در لحاظ نگیریم – رفتاری همراه نکنیم، به‌عریض شل‌دن گذرگاه، سرعت اتومبیل‌ها بالا می‌رود و مردم خود را به خطر می‌اندازند؛ که سپس مجبور می‌شویم با کمک سرعت‌گیر و استقرار پلیس و دوربین آن‌ها را به کنترل درآوریم، در حالی که اگر توسعه متوازن انجام شود، خود شهروندان بر رفتار خود کنترل خواهند داشت و نیازی به ابزارهای محدودکننده و بازدارنده و برخورد‌های قهری، جریمه و توبیخ نیست و جرم‌ها افزایش نمی‌یابد، به سختی دیگر نمی‌شود شما تمام تمرکز قوی‌های ما خطرناک برای دیگران نخواهید پرورد؛ اگر در فاکتد معیارهای ارزشی و اخلاقی است و می‌تواند با زوری که به او بخشیده‌اید، به دیگران آسیب نرزد، به این دلیل اگر توسعه متوازن و در همه ابعاد رخ ندهد، آسینانک است و مدیران باید به این مهم توجه کنند.

رشد کنری – فرهنگی آن‌جا، می‌تواند خشک‌نگاه آسب برای آن منطقه بشود. نمونه‌آوردن بسیار ساده است، اگر کوجه‌های یک شهر را غرضی و تبدیل به خیابان کنیم اما همزمان جامعه را در لحاظ نگیریم – رفتاری همراه نکنیم، به‌عریض شل‌دن گذرگاه، سرعت اتومبیل‌ها بالا می‌رود و مردم خود را به خطر می‌اندازند؛ که سپس مجبور می‌شویم با کمک سرعت‌گیر و استقرار پلیس و دوربین آن‌ها را به کنترل درآوریم، در حالی که اگر توسعه متوازن انجام شود، خود شهروندان بر رفتار خود کنترل خواهند داشت و نیازی به ابزارهای محدودکننده و بازدارنده و برخورد‌های قهری، جریمه و توبیخ نیست و جرم‌ها افزایش نمی‌یابد، به سختی دیگر نمی‌شود شما تمام تمرکز قوی‌های ما خطرناک برای دیگران نخواهید پرورد؛ اگر در فاکتد معیارهای ارزشی و اخلاقی است و می‌تواند با زوری که به او بخشیده‌اید، به دیگران آسیب نرزد، به این دلیل اگر توسعه متوازن و در همه ابعاد رخ ندهد، آسینانک است و مدیران باید به این مهم توجه کنند.

رشد کنری – فرهنگی آن‌جا، می‌تواند خشک‌نگاه آسب برای آن منطقه بشود. نمونه‌آوردن بسیار ساده است، اگر کوجه‌های یک شهر را غرضی و تبدیل به خیابان کنیم اما همزمان جامعه را در لحاظ نگیریم – رفتاری همراه نکنیم، به‌عریض شل‌دن گذرگاه، سرعت اتومبیل‌ها بالا می‌رود و مردم خود را به خطر می‌اندازند؛ که سپس مجبور می‌شویم با کمک سرعت‌گیر و استقرار پلیس و دوربین آن‌ها را به کنترل درآوریم، در حالی که اگر توسعه متوازن انجام شود، خود شهروندان بر رفتار خود کنترل خواهند داشت و نیازی به ابزارهای محدودکننده و بازدارنده و برخورد‌های قهری، جریمه و توبیخ نیست و جرم‌ها افزایش نمی‌یابد، به سختی دیگر نمی‌شود شما تمام تمرکز قوی‌های ما خطرناک برای دیگران نخواهید پرورد؛ اگر در فاکتد معیارهای ارزشی و اخلاقی است و می‌تواند با زوری که به او بخشیده‌اید، به دیگران آسیب نرزد، به این دلیل اگر توسعه متوازن و در همه ابعاد رخ ندهد، آسینانک است و مدیران باید به این مهم توجه کنند.

رشد کنری – فرهنگی آن‌جا، می‌تواند خشک‌نگاه آسب برای آن منطقه بشود. نمونه‌آوردن بسیار ساده است، اگر کوجه‌های یک شهر را غرضی و تبدیل به خیابان کنیم اما همزمان جامعه را در لحاظ نگیریم – رفتاری همراه نکنیم، به‌عریض شل‌دن گذرگاه، سرعت اتومبیل‌ها بالا می‌رود و مردم خود را به خطر می‌اندازند؛ که سپس مجبور می‌شویم با کمک سرعت‌گیر و استقرار پلیس و دوربین آن‌ها را به کنترل درآوریم، در حالی که اگر توسعه متوازن انجام شود، خود شهروندان بر رفتار خود کنترل خواهند داشت و نیازی به ابزارهای محدودکننده و بازدارنده و برخورد‌های قهری، جریمه و توبیخ نیست و جرم‌ها افزایش نمی‌یابد، به سختی دیگر نمی‌شود شما تمام تمرکز قوی‌های ما خطرناک برای دیگران نخواهید پرورد؛ اگر در فاکتد معیارهای ارزشی و اخلاقی است و می‌تواند با زوری که به او بخشیده‌اید، به دیگران آسیب نرزد، به این دلیل اگر توسعه متوازن و در همه ابعاد رخ ندهد، آسینانک است و مدیران باید به این مهم توجه کنند.

رشد کنری – فرهنگی آن‌جا، می‌تواند خشک‌نگاه آسب برای آن منطقه بشود. نمونه‌آوردن بسیار ساده است، اگر کوجه‌های یک شهر را غرضی و تبدیل به خیابان کنیم اما همزمان جامعه را در لحاظ نگیریم – رفتاری همراه نکنیم، به‌عریض شل‌دن گذرگاه، سرعت اتومبیل‌ها بالا می‌رود و مردم خود را به خطر می‌اندازند؛ که سپس مجبور می‌شویم با کمک سرعت‌گیر و استقرار پلیس و دوربین آن‌ها را به کنترل درآوریم، در حالی که اگر توسعه متوازن انجام شود، خود شهروندان بر رفتار خود کنترل خواهند داشت و نیازی به ابزارهای محدودکننده و بازدارنده و برخورد‌های قهری، جریمه و توبیخ نیست و جرم‌ها افزایش نمی‌یابد، به سختی دیگر نمی‌شود شما تمام تمرکز قوی‌های ما خطرناک برای دیگران نخواهید پرورد؛ اگر در فاکتد معیارهای ارزشی و اخلاقی است و می‌تواند با زوری که به او بخشیده‌اید، به دیگران آسیب نرزد، به این دلیل اگر توسعه متوازن و در همه ابعاد رخ ندهد، آسینانک است و مدیران باید به این مهم توجه کنند.

رشد کنری – فرهنگی آن‌جا، می‌تواند خشک‌نگاه آسب برای آن منطقه بشود. نمونه‌آوردن بسیار ساده است، اگر کوجه‌های یک شهر را غرضی و تبدیل به خیابان کنیم اما همزمان جامعه را در لحاظ نگیریم – رفتاری همراه نکنیم، به‌عریض شل‌دن گذرگاه، سرعت اتومبیل‌ها بالا می‌رود و مردم خود را به خطر می‌اندازند؛ که سپس مجبور می‌شویم با کمک سرعت‌گیر و استقرار پلیس و دوربین آن‌ها را به کنترل درآوریم، در حالی که اگر توسعه متوازن انجام شود، خود شهروندان بر رفتار خود کنترل خواهند داشت و نیازی به ابزارهای محدودکننده و بازدارنده و برخورد‌های قهری، جریمه و توبیخ نیست و جرم‌ها افزایش نمی‌یابد، به سختی دیگر نمی‌شود شما تمام تمرکز قوی‌های ما خطرناک برای دیگران نخواهید پرورد؛ اگر در فاکتد معیارهای ارزشی و اخلاقی است و می‌تواند با زوری که به او بخشیده‌اید، به دیگران آسیب نرزد، به این دلیل اگر توسعه متوازن و در همه ابعاد رخ ندهد، آسینانک است و مدیران باید به این مهم توجه کنند.

رشد کنری – فرهنگی آن‌جا، می‌تواند خشک‌نگاه آسب برای آن منطقه بشود. نمونه‌آوردن بسیار ساده است، اگر کوجه‌های یک شهر را غرضی و تبدیل به خیابان کنیم اما همزمان جامعه را در لحاظ نگیریم – رفتاری همراه نکنیم، به‌عریض شل‌دن گذرگاه، سرعت اتومبیل‌ها بالا می‌رود و مردم خود را به خطر می‌اندازند؛ که سپس مجبور می‌شویم با کمک سرعت‌گیر و استقرار پلیس و دوربین آن‌ها را به کنترل درآوریم، در حالی که اگر توسعه متوازن انجام شود، خود شهروندان بر رفتار خود کنترل خواهند داشت و نیازی به ابزارهای محدودکننده و بازدارنده و برخورد‌های قهری، جریمه و توبیخ نیست و جرم‌ها افزایش نمی‌یابد، به سختی دیگر نمی‌شود شما تمام تمرکز قوی‌های ما خطرناک برای دیگران نخواهید پرورد؛ اگر در فاکتد معیارهای ارزشی و اخلاقی است و می‌تواند با زوری که به او بخشیده‌اید، به دیگران آسیب نرزد، به این دلیل اگر توسعه متوازن و در همه ابعاد رخ ندهد، آسینانک است و مدیران باید به این مهم توجه کنند.

رشد کنری – فرهنگی آن‌جا، می‌تواند خشک‌نگاه آسب برای آن منطقه بشود. نمونه‌آوردن بسیار ساده است، اگر کوجه‌های یک شهر را غرضی و تبدیل به خیابان کنیم اما همزمان جامعه را در لحاظ نگیریم – رفتاری همراه نکنیم، به‌عریض شل‌دن گذرگاه، سرعت اتومبیل‌ها بالا می‌رود و مردم خود را به خطر می‌اندازند؛ که سپس مجبور می‌شویم با کمک سرعت‌گیر و استقرار پلیس و دوربین آن‌ها را به کنترل درآوریم، در حالی که اگر توسعه متوازن انجام شود، خود شهروندان بر رفتار خود کنترل خواهند داشت و نیازی به ابزارهای محدودکننده و بازدارنده و برخورد‌های قهری، جریمه و توبیخ نیست و جرم‌ها افزایش نمی‌یابد، به سختی دیگر نمی‌شود شما تمام تمرکز قوی‌های ما خطرناک برای دیگران نخواهید پرورد؛ اگر در فاکتد معیارهای ارزشی و اخلاقی است و می‌تواند با زوری که به او بخشیده‌اید، به دیگران آسیب نرزد، به این دلیل اگر توسعه متوازن و در همه ابعاد رخ ندهد، آسینانک است و مدیران باید به این مهم توجه کنند.

ردیف	موضوع مناقصه /مزایده	سپرده شرکت‌در مناقصه/مزایده(ریال)	مهلت دریافت اسناد	مهلت تحویل پاکت‌ها	تاریخ بازگشایی	شماره تماس
۱	مناقصه عمومی دو جر حله ای تهیه،طبخ و توزیع غذای مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی آیت الله طالقانی	۶,۹۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۰۳۱۳۵۰
۲	مناقصه عمومی بهسازی و تعمیرات فضای فیزیکی استخر مجموعه ورزشی شهید احدی دانشگاه	۲۵۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۸۷۳۳۱۴
۳	مناقصه عمومی تهیه، حمل، اجرا و آزمایش کوشه ای دستگاه برج خنک کننده بیمارستان امام حسین (ع)	۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۸۷۳۳۱۴
۴	مزایده احداث مکان بوفه بیمارستان امام حسین(ع)	۲۴۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۷۳۴۳۳۳۶۶

روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی در مانی شهید بهشتی

ردیف	موضوع مناقصه /مزایده	سپرده شرکت‌در مناقصه/مزایده(ریال)	مهلت دریافت اسناد	مهلت تحویل پاکت‌ها	تاریخ بازگشایی	شماره تماس
۱	مناقصه عمومی دو جر حله ای تهیه،طبخ و توزیع غذای مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی آیت الله طالقانی	۶,۹۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۰۳۱۳۵۰
۲	مناقصه عمومی بهسازی و تعمیرات فضای فیزیکی استخر مجموعه ورزشی شهید احدی دانشگاه	۲۵۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۸۷۳۳۱۴
۳	مناقصه عمومی تهیه، حمل، اجرا و آزمایش کوشه ای دستگاه برج خنک کننده بیمارستان امام حسین (ع)	۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۸۷۳۳۱۴
۴	مزایده احداث مکان بوفه بیمارستان امام حسین(ع)	۲۴۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۷۳۴۳۳۳۶۶

روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی در مانی شهید بهشتی

ردیف	موضوع مناقصه /مزایده	سپرده شرکت‌در مناقصه/مزایده(ریال)	مهلت دریافت اسناد	مهلت تحویل پاکت‌ها	تاریخ بازگشایی	شماره تماس
۱	مناقصه عمومی دو جر حله ای تهیه،طبخ و توزیع غذای مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی آیت الله طالقانی	۶,۹۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۰۳۱۳۵۰
۲	مناقصه عمومی بهسازی و تعمیرات فضای فیزیکی استخر مجموعه ورزشی شهید احدی دانشگاه	۲۵۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۸۷۳۳۱۴
۳	مناقصه عمومی تهیه، حمل، اجرا و آزمایش کوشه ای دستگاه برج خنک کننده بیمارستان امام حسین (ع)	۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۸۷۳۳۱۴
۴	مزایده احداث مکان بوفه بیمارستان امام حسین(ع)	۲۴۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۷۳۴۳۳۳۶۶

روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی در مانی شهید بهشتی

ردیف	موضوع مناقصه /مزایده	سپرده شرکت‌در مناقصه/مزایده(ریال)	مهلت دریافت اسناد	مهلت تحویل پاکت‌ها	تاریخ بازگشایی	شماره تماس
۱	مناقصه عمومی دو جر حله ای تهیه،طبخ و توزیع غذای مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی آیت الله طالقانی	۶,۹۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۰۳۱۳۵۰
۲	مناقصه عمومی بهسازی و تعمیرات فضای فیزیکی استخر مجموعه ورزشی شهید احدی دانشگاه	۲۵۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۸۷۳۳۱۴
۳	مناقصه عمومی تهیه، حمل، اجرا و آزمایش کوشه ای دستگاه برج خنک کننده بیمارستان امام حسین (ع)	۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۸۷۳۳۱۴
۴	مزایده احداث مکان بوفه بیمارستان امام حسین(ع)	۲۴۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۷۳۴۳۳۳۶۶

ردیف	موضوع مناقصه /مزایده	سپرده شرکت‌در مناقصه/مزایده(ریال)	مهلت دریافت اسناد	مهلت تحویل پاکت‌ها	تاریخ بازگشایی	شماره تماس
۱	مناقصه عمومی دو جر حله ای تهیه،طبخ و توزیع غذای مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی آیت الله طالقانی	۶,۹۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۰۳۱۳۵۰
۲	مناقصه عمومی بهسازی و تعمیرات فضای فیزیکی استخر مجموعه ورزشی شهید احدی دانشگاه	۲۵۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۸۷۳۳۱۴
۳	مناقصه عمومی تهیه، حمل، اجرا و آزمایش کوشه ای دستگاه برج خنک کننده بیمارستان امام حسین (ع)	۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۳۳۸۷۳۳۱۴
۴	مزایده احداث مکان بوفه بیمارستان امام حسین(ع)	۲۴۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۹/۰۸/۱۴	۹۹/۰۸/۲۴	۹۹/۰۸/۲۵	۷۳۴۳۳۳۶۶

۱۲	۱- دارای احداث صم، کجور از انبار - احداث برنج - باران اندک - محکم و راست
۱۳	۱۲- فرومایگی - ستاره ثابت، سیاره، قمر یا هر ک از شهاب سنگ های سرگردان در فضا
۱۴	۱۳- دریاچه در شرق ایالتیا - بدون کمک دیگری، به تنهایی
۱۵	عمومی: ۱- متاپولیس - مانع و حائل در مقابل خطر

اخبار کوتاه داخلی

گنج خاتلو قهرمان مسابقه اسکرج شد

در مرحله اول لیگ دوچرخه سواری، محمد گنج خاتلو قهرمان مسابقه اسکرج شد. به گزارش خبرگزاری فارس، مرحله اول لیگ برتر دوچرخه سواری کاهه پست در مشهد برگزار شد که در پایان محمد گنج خاتلو از تیم فولاد مبارکه سپاهان بر سکوی قهرمانی اسکرچ ایستاد.نفرات برتر این مسابقه درمرحله اول لیگ برتر پست

به شرح زیر هستند:

- محمد گنج خاتلو – فولاد مبارکه سپاهان
- علی لیبی – پشنگامان کویر برد
- محمد رجبالو – مس کرمان

حسین خانی آزادکار برتر وزن ۷۴ کیلوگرم ایران

رقابت های انتخابی دوزن اردویی وزن ۷۴ کیلوگرم در خانه کشتی شهید ابراهیم هادی برگزار شد. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان:در این رقابت های انتخابی که برای حضور در مسابقات جهانی مرستان در خانه کشتی شهید ابراهیم هادی برگزار شد ، در پایان مصطفی حسین خانی با کسب ۴ پیروزی و بدون شکست به عنوان فرد نخست این مسابقات شناخته شد.بر اساس مسابقات انجام شده، رده بندی نفرات برتر به شرح زیر است:

- مصطفی حسین خانی ۲- محمد عیادی ۳- محمد نخودی
- مسعود کمرونند ۵- محمدصادق فیروزپور ۶- سعید داداش پور

ویسی از پیکان جدا شد

سرمربی تیم فوتبال پیکان به خاطر اختلاف نظر با مدیرعامل این باشگاه از جمع پیکانی ها جدا شد. به گزارش ایسنا، عبدالله ویسی که طی چند روز اخیر با مدیران باشگاه پیکان دچار اختلاف نظر شده بود، به طور رسمی از جمع پیکانی ها جدا شد.سرمربی پیکان به خاطر جذب نشدن بازیکنان مد نظرش و اجرایی نشدن برنامه هایش با مدیران باشگاه دچار مشکل شده بود.گفتنی است که باشگاه پیکان خبر جدایی ویسی را تایید و اعلام کرده که سرمربی جدید پیکان به زودی معرفی می شود.

نماینده ایران در فدراسیون جهانی شطرنج تغییر کرد

لغو مجمع انتخابانی فدراسیون شطرنج موجب تغییر نماینده ایران در فدراسیون جهانی این رشته شد. به گزارش ایرنا، پیش از این محمد جعفر کاموزیا نماینده ایران در مجمع انتخابانی فدراسیون جهانی شطرنج (فیده) بود اما پس از لغو مجمع انتخابانی شطرنج، فیده از فرهاد نیکم خصال سرپرست فدراسیون شطرنج به طور رسمی به عنوان نماینده ایران در کرسی های جهانی شطرنج نام برد.نیکم خصال در حال حاضر سرپرست موقت بوده و باید تا زمان برگزاری انتخابات این سمت را در اختیار داشته باشد.گفتنی است که مهرداد پهلوانزاده رئیس فدراسیون شطرنج اسفندماه به خاطر پایان دوره چهار ساله از این فدراسیون کنار گذاشته شد و انتخابات قرار بود ششم آبان ماه برگزار شود که به خاطر دستور ستاد ملی مبارزه با کرونا لغو شد.

انگلیس سفیر ایران در لندن را احضار کرد

وزارت خارجه انگلیس از احضار سفیر ایران در لندن به این وزارتخانه خبر داد.

به گزارش ایسنا، به نقل از رویترز، وزارت خارجه انگلیس اعلام کرد که روز پنجشنبه حمید بعیدینژاد، سفیر جمهوری اسلامی ایران در این کشور را در پی انتشار برخی اخبار مبنی بر فراخواندن شدن نازنین زهرا ی زندانی امنیتی به دادگاه، احضار کرده است.

بنا بر این بیانیه، مقامات انگلیسی نگرانی عمیق خود را به بعیدینژاد ابراز کرده و خواستار پایان دادن به حبس زاغری شدند.



آگهی تجدید مناقصه عمومی احداث میدان شهدای کل شهر سیرجان

شرکت توسعه، عمران و مدیریت منطقه کل شهر در نظر دارد، انجام خدمات نظارت کارگاهی و عالییه احداث مسجد و میدان شهدای کل شهر ساختمان های هلدینگ مستقر بر تپه، بلوک ۵ (شرکت توسعه، عمران و مدیریت منطقه کل شهر) ۱۳۹۹/۰۸/۱۱ تا ۱۳۹۹/۰۸/۱۱ در ۱۱۳۱۲۲۰۶۴۲ آقای بلوردی (به غیر از ایام تعطیل) تلفن ثابت: ۰۴۴۱۴۲۳۸۹۵

مدیریت امور حقوقی و قرار دادها



آگهی مناقصه عمومی نظارت کارگاهی و عالییه احداث مسجد و میدان شهدا

شرکت توسعه، عمران و مدیریت منطقه کل شهر در نظر دارد، انجام خدمات نظارت کارگاهی و عالییه احداث مسجد و میدان شهدای کل شهر ساختمان های هلدینگ مستقر بر تپه، بلوک ۵ (شرکت توسعه، عمران و مدیریت منطقه کل شهر) ۱۳۹۹/۰۸/۱۱ تا ۱۳۹۹/۰۸/۱۱ در ۱۱۳۱۲۲۰۶۴۲ آقای بلوردی (به غیر از ایام تعطیل) تلفن ثابت: ۰۴۴۱۴۲۳۸۹۵

مدیریت امور حقوقی و قرار دادها



آگهی مناقصه عمومی احداث مسجد بین راهی کل شهر

شرکت توسعه، عمران و مدیریت منطقه کل شهر در نظر دارد، احداث مسجد بین راهی کل شهر را از طریق برگزاری مناقصه عمومی از بین شرکت های پیمانکاری ذیلصاح داران زمین ۴ ابنیه و ۴ تأسیسات واگذار نماید.لذا از متقاضیان دعوت بعمل می آید جهت اخذ اسناد مناقصه از تاریخ ۱۳۹۹/۰۸/۱۱ تا ۱۳۹۹/۰۸/۱۱ در ۱۱۳۱۲۲۰۶۴۲ آقای بلوردی (به غیر از ایام تعطیل) تلفن ثابت: ۰۴۴۱۴۲۳۸۹۵

مدیریت امور حقوقی و قرار دادها



آگهی مناقصه عمومی احداث مسجد بین راهی کل شهر

شرکت توسعه، عمران و مدیریت منطقه کل شهر در نظر دارد، احداث مسجد بین راهی کل شهر را از طریق برگزاری مناقصه عمومی از بین شرکت های پیمانکاری ذیلصاح داران زمین ۴ ابنیه و ۴ تأسیسات واگذار نماید.لذا از متقاضیان دعوت بعمل می آید جهت اخذ اسناد مناقصه از تاریخ ۱۳۹۹/۰۸/۱۱ تا ۱۳۹۹/۰۸/۱۱ در ۱۱۳۱۲۲۰۶۴۲ آقای بلوردی (به غیر از ایام تعطیل) تلفن ثابت: ۰۴۴۱۴۲۳۸۹۵

مدیریت امور حقوقی و قرار دادها



روز پنجشنبه مدیرعامل و معاون اجرایی جدید باشگاه پرسپولیس انتخاب شدند؛ انتخابی که برخی آن را گامی مهم در زمینه جوان گرایی در مدیریت ورزش تعریف خواهند کرد و البته برخی از انتقادات در مورد نحوه انتخاب مدیران سرخابی همچنان باقی است.

به گزارش ایرنا، بعد از استعفای مهدی رسول پناه از سرپرستی باشگاه پرسپولیس، هیئت مدیره این باشگاه جعفر سمیعی، مدیرکل حراست وزارت ورزش را به عنوان مدیرعامل جدید این باشگاه انتخاب کرد. چند ساعت بعد هم ابراهیم شکوری دبیرکل سابق فدراسیون فوتبال و بازیکن اسبق پرسپولیس به عنوان معاون اجرایی این باشگاه انتخاب شد تا دو مدیر جوان در راس باشگاه پرسپولیس قرار بگیرند.

انتخاب مدیران جوان و امتحان پس نداده برای باشگاهی مانند پرسپولیس خوب نیست، اما واقعیت این است که حضور دو مدیر جوان و تحصیله کرده در راس مدیرانی مانند حمید حبیب کشانی، علی اکبر طاهری و حمیدرضا گرشاویی هم در شرایطی به پرسپولیس آمدند که سابقه مدیریت کلان باشگاهی در ایران را نداشتند اما توانستند با نوع مدیریت خود با پرسپولیس به موفقیت های زیادی برسند. بنابراین صرف اینکه سمیعی و شکوری سابقه مدیریت زیادی در فوتبال ندارند، نمیتواند معیار درستی برای قضاوت باشد. از طرفی سمیعی با ششمار مبارزه با فساد در باشگاه

پرسپولیس جلو آمده که بسیار مهم است چون یکی از مشکلات باشگاهی مثل پرسپولیس، بحث فساد است و اگر مدبری بتواند با این معضل مبارزه کند، نمره قبولی خواهد گرفت.

اسما در مجموع باید به زوج برای پیاده کردن برنامه های خود و در این باشگاه زمان داد و البته این نکته را هم در نظر گرفت که پرسپولیس کمتر از ۲ ماه دیگر در فینال لیگ قهرمانان آسیا باید به میدان برود و به خاطر همین باید این باشگاه و این تیم آرامش کامل داشته باشند تا به افتخاری تاریخی دست پیدا کنند.

مدیران فوتبالی کجا هستند؟

انتخاب های چند سال اخیر وزارت ورزش برای مدیریت استقلال و پرسپولیس بیشتر از آنکه از بین اهالی فوتبال و پیشکسوتان این دو باشگاه باشد، از صنف های مختلف غیرورزشی بوده است.

به گزارش خبرنگار مهر، انتخاب مدیرعامل جدید باشگاه پرسپولیس پرونده «ورزشی زدایی» در مدیریت دو تیم پرطرفدار تهران را تکمیل تر از قبل کرد و باید دید ثمره این انتخاب که بازمه از دل مدیران وزارت ورزش است، برای باشگاه سرخ پایتخت چه خواهد بود.استقلال و پرسپولیس که در سالهای اخیر با بی ثباتی مدیریتی مواجه بوده اند و نتوانسته اند ساختار درستستی برای حرکت به سمت حرفه ای شدن ایجاد کنند، مدیرانی را بالای سر خود بدیده اند یا از کارمندان وزارت ورزش بوده اند

و یا از دوستان و نزدیکان وزیر ورزش.در استقلال، اعضای هیات مدیره و سرپرست دروغامالی این باشگاه در سالهای اخیر قبل از آنکه وارد فوتبال شوند کارخانه دار و هتل دار بوده اند و یا شغل هایی داشته اند که خیلی به ورزش ارتباط نداشته است. آنها که پول داشته اند، برای رسیدن به شهرت وارد فوتبال شده اند و با گرفتن عکس های پر تعداد با ورزشکاران به خواسته خود رسیده اند.

و همه را بایدسد راضی نگه دارد.

سختگویی فدراسیون کشتی گفت: حتی اگر مسابقات جهانی هم برگزار نشود، برگزاری مسابقات انتخابی تیم ملی به سود کشتی است. به گزارش ورزش سه، در حالی که قرار است مسابقات انتخابی تیم های ملی کشتی آزاد و فرنگی ۱۵ آبان ماه در تمامی اوزان برگزار شود، خبر رسیده که اتحادیه جهانی دقیقا در همان روز قرار است تصمیم نهایی خود را پیرامون برگزاری یا عدم برگزاری رقابت های جهانی ۲۰۲۰ در مرستان اعلام کند. محمدابراهیم امامی، سختگویی فدراسیون در پاسخ

ورزشی

از رقیب سنتی نبوده و مدیرانی انتخاب شده اند که با کارمند وزارت ورزش بوده اند یا از دوستان مسعود سلطانی فر، البته از میان مدیران پرسپولیس فقط محمدحسن انصاری فرد پیشکسوت این تیم بود اما عرب و رسول پناه کارمند حراست وزارت ورزش و دوست وزیر بودند و به مدیریت باشگاه رسیدند.

حالا یک حراستی دیگر به عنوان مدیرعامل باشگاه پرسپولیس عرب و رسول پناه کارمند حراست این نکته را هم در نظر گرفت که پرسپولیس کمتر از ۲ ماه دیگر در فینال لیگ قهرمانان آسیا باید به میدان برود و به خاطر همین باید این باشگاه و این تیم آرامش کامل داشته باشند تا به افتخاری تاریخی دست پیدا کنند.

انتخاب های چند سال اخیر وزارت ورزش برای مدیریت استقلال و پرسپولیس بیشتر از آنکه از بین اهالی فوتبال و پیشکسوتان این دو باشگاه باشد، از صنف های مختلف غیرورزشی بوده است.

به گزارش خبرنگار مهر، انتخاب مدیرعامل جدید باشگاه پرسپولیس پرونده «ورزشی زدایی» در مدیریت دو تیم پرطرفدار تهران را تکمیل تر از قبل کرد و باید دید ثمره این انتخاب که بازمه از دل مدیران وزارت ورزش است، برای باشگاه سرخ پایتخت چه خواهد بود.استقلال و پرسپولیس که در سالهای اخیر با بی ثباتی مدیریتی مواجه بوده اند و نتوانسته اند ساختار درستستی برای حرکت به سمت حرفه ای شدن ایجاد کنند، مدیرانی را بالای سر خود بدیده اند یا از کارمندان وزارت ورزش بوده اند

و یا از دوستان و نزدیکان وزیر ورزش.در استقلال، اعضای هیات مدیره و سرپرست دروغامالی این باشگاه در سالهای اخیر با بی ثباتی مدیریتی مواجه بوده اند و نتوانسته اند ساختار درستستی برای حرکت به سمت حرفه ای شدن ایجاد کنند، مدیرانی را بالای سر خود بدیده اند یا از کارمندان وزارت ورزش بوده اند

مرضی فونوی زاده پیشکسوت تیم فوتبال پرسپولیس تهران در گفت و گو با باشگاه خبرنگاران جوان، اظهار داشت: من شناختی از اسمعیل ندارم، اما او مدیرکل حراست وزارت ورزش بوده پس باید باشگاه دلا درگیر مشکلات زیادی در مدیریت جدید پرسپولیس در وزارتخانه، زحمت دارد چون این دو باشگاه دالما درگیر مشکلات زیادی است.مدیران جدید پرسپولیس در وزارتخانه، زحمت دارد چون این دو باشگاه دالما درگیر مشکلات زیادی است.مدیران جدید پرسپولیس در وزارتخانه، زحمت دارد چون این دو باشگاه دالما درگیر مشکلات زیادی است.مدیران جدید پرسپولیس در وزارتخانه، زحمت دارد چون این دو باشگاه دالما درگیر مشکلات زیادی است.

مسابقات انتخابی تیم ملی کشتی به تعویق نمی افتد

به این سوال که آیا بهتر نبود انتخابی تیم ملی چند روز به تعویق می افتاد تا تکلیف برگزاری یا عدم برگزاری مسابقات جهانی مشخص شود، گفت: کارفنی چنین تصمیمی نهایی از فدراسیون اعلام کرده انتخابی روز ۱۵ آبان برگزار می شود. به هر حال اتحادیه جهانی از ابتدا اعلام کرده برای برگزاری رقابت های جهانی ۲۰۲۰ باید حداقل ۷۰ درصد تیم های سال گذشته و ۸ تیم از ۱۰ تیم برتر مسابقات جهانی نورسلطان اعلام آمادگی کنند. این اتفاق رخ داده و حالا اتحادیه جهانی از تیم ها خواسته ثبت نام خود را در سامانه آتنا نهایی

کنند. وی افزود: کشورها تا ۱۳ آبان فرصت دارند که ثبت نام خود را نهایی و حضورشان در مسابقات جهانی را قطعی کنند و اتحادیه جهانی کشتی هم تا ۱۵ آبان ماه نتیجه نهایی را اعلام می کند. به این حال برابر مسابقات انتخابی حتی اگر رای به لغو مسابقات جهانی ۲۰۲۰ داده شود، به سود کشتی است چون کشتی گران می توانند بعد از برگزاری چند هفته تمرین و حضور در اردو خودشان را در شرایط مسابقه قرار دهند.

امامی در پایان گفت: فدراسیون کشتی در مسابقات لیگ برتر نشان داد به خوبی می تواند با رعایت وحدت مسلمانان، مدخل حقیقی به منظور موفقیت، یکپارچگی، قدرت و عزت نشان است، یادآور شد: بدون وحدت، قدرتی وجود ندارد. وی افزود: وحدت اسلامی، سرنوشت امت است و مانند سوخت موتور آن به منظور بازگشت به دوران اوج خود به شمار می رود. اما امت هستیم که تمام بتائسلیها لازم را داریم تا یکی از امت های (الشریف) به خلافت بازمیشت حتی اگر در راس این امت ها و ملتها قرار نگیریم.

برگزاری ۷ ویتنا در حاشیه برگزاری سی و چهارمین کنفرانس بین المللی وحدت اسلامی و ویتنام های غرب آسیا، منطقه ای شرق و جنوب شرق آسیا، هندوستان، پاکستان، جنوب آفریقا، باتوان تقریبی و رسانه هم برگزار شد که در آن دانشمندان و علمای اسلام به بیان دیدگاه های خود درباره مسائل و مناصب جهان اسلام پرداختند و رهنمودهای ارائه کردند.

است تا به این وسیله تمامی غبارهایی که توسط تروریست های افراط گرای تکفیری بر آن نشسته است، زوده شود. حجت الاسلام والمسلمین سید عمار حکیم اظهار داشت: این فرصتی است که باید بادی کنیم از حضرت امام خمینی (قدس سره (الشریف) که تلاطم راه وحدت اسلامی در این عصر خودداری می کنند؛ ولی فطران را نزدیک خود را بر توده گسترده جهان اسلام ترجیح می دهند، من این اتهام را شامل همگان می دانم، جز آن که رحمت الهی شامش شده باشد.

جهان اسلام باید موضع یکپارچه بگیرد رهبر جریان حکمت ملی عراق هم بیان داشت: بحران کاریکاتوره های توهمی امیز، بیش از آن که یک بحران نیازمند موعبگری یکپارچه جهان اسلام باشد، فرصتی برای شناساندن دین حنیف اسلام

است تا به این وسیله تمامی غبارهایی که توسط تروریست های افراط گرای تکفیری بر آن نشسته است، زوده شود. حجت الاسلام والمسلمین سید عمار حکیم اظهار داشت: این فرصتی است که باید بادی کنیم از حضرت امام خمینی (قدس سره (الشریف) که تلاطم راه وحدت اسلامی در این عصر خودداری می کنند؛ ولی فطران را نزدیک خود را بر توده گسترده جهان اسلام ترجیح می دهند، من این اتهام را شامل همگان می دانم، جز آن که رحمت الهی شامش شده باشد. رهبر جریان حکمت ملی عراق هم بیان داشت: بحران کاریکاتوره های توهمی امیز، بیش از آن که یک بحران نیازمند موعبگری یکپارچه جهان اسلام باشد، فرصتی برای شناساندن دین حنیف اسلام

است تا به این وسیله تمامی غبارهایی که توسط تروریست های افراط گرای تکفیری بر آن نشسته است، زوده شود. حجت الاسلام والمسلمین سید عمار حکیم اظهار داشت: این فرصتی است که باید بادی کنیم از حضرت امام خمینی (قدس سره (الشریف) که تلاطم راه وحدت اسلامی در این عصر خودداری می کنند؛ ولی فطران را نزدیک خود را بر توده گسترده جهان اسلام ترجیح می دهند، من این اتهام را شامل همگان می دانم، جز آن که رحمت الهی شامش شده باشد. رهبر جریان حکمت ملی عراق هم بیان داشت: بحران کاریکاتوره های توهمی امیز، بیش از آن که یک بحران نیازمند موعبگری یکپارچه جهان اسلام باشد، فرصتی برای شناساندن دین حنیف اسلام

ردیف	نام شرکت	نوع	حوزه فعالیت	درصد سهام قابل واگذاری
۱	تکین افق نیایش	سهامی خاص	فعالیت در بخش ساخت و مدیریت املاک و مستغلات	۱۰۰٪
۲	سرمایه گذاری و انبوسازی پارس میکاکیش	سهامی خاص	فعالیت در بخش ساخت و مدیریت املاک و مستغلات	۷۰٪
۳	مجمع فولاد صنعت بناب	سهامی خاص	تولید محصولات فولادی	۶۶٪
۴	نساجی کاشمر	سهامی خاص	تولید محصولات نساجی	۵۸٪
۵	باشگاه گردشگری ایرانیان	سهامی خاص	ارائه خدمات گردشگری و پشتیبانی از مشتریان	۹۳٫۳۷٪
۶	پرستیزلند ایران	سهامی خاص	فعالیت در بخش ساخت و مدیریت املاک و مستغلات	۳۱/۱۲٪
۷	کارگزاری آگاه	سهامی خاص	ارائه خدمات کارگزاری	۲۰٪
۸	تلاشگران اندیشه کاراد	سهامی خاص	ارائه خدمات آموزشی	۲۰٪
۹	تجارت بین الملل مهر وطا آریا	سهامی خاص	ارائه خدمات مدیریت فروش، نشر وتبلیغات	۱۵٪

لذا بدین وسیله تا تمامی سرمایه گذاران و متقاضیان دعوت می شود، در خواست ها و پیشنهادات خود را حداکثر تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه مورخ ۱۳۹۹/۰۸/۲۱ یا بعد بدین خانه مرکزی بانک گردشگری (سهامی عام) به آدرس: تهران، میدان شیخ بهایی، ابتدای خیابان سنوول، نبش خیابان ماهتاب پلاک ۴۵ ساختمان مرکزی بانک گردشگری به کد پستی ۱۹۹۴۹۱۴۳۳۱۹۹ سال نمایند.



مرکز ارتباط با مشتریان

www.tourismbank.ir

tourism.bank

واکنش ها به انتخاب مدیران جوان برای ساماندهی تیم پرسپولیس

و مطمئن هستم که این مهم به انجام خواهد رسید.یکی دیگر از نکات مثبت این انتخاب هم،حضور ابراهیم شکوری است که با شناخت کامل به پرسپولیس می آید.بنابراین می تواند مشاوره های خوبی به مدیرعامل باشگاه بدهد و در امور اجرایی باشگاه هم تأثیر مثبتی داشته باشد.

من برای شکوری و سمیعی مدیران باشگاه آرزوی موفقیت دارم.

محمدخانی: امیدوارم سمیعی به حرفه ایی که زده، عمل کند

سنگربان سابق پرسپولیس ابراز امیدواری کرد تیم مدیریتی جدید مشکلات این باشگاه را برطرف کند. به گزارش ایلنا، تیما نکسا گفت: من از سمیعی شناخت زیادی ندارم و آرزوی موفقیت تیم پرسپولیس را بسا مدیریت او دارم. در خصوص شکوری هم باید بگویم که او می تواند بسا مدیریت خوب، فنی و فوتبالی، پرسپولیس را به قهرمانی آسیا و مشکلات را به پیشران اهدافش دست به هرکاری زد.

وی به خصوص انتقاداتی که به انتخاب این دو شخص برای بحث مدیریتی پرسپولیس می شود گفت: بعد از استعفای رسول پناه در نهایت مدیرعامل جدید توسط زد.امیدوارم مدیرعامل جدید باشگاه مانند خیلی ها فقط حرف نزدن و به باشگاه آمده باشد تا گام مثبتی را بردارد. مدیرعامل جدید یکی از اهداف اصلی خود را مبارزه با فساد عنوان کرده است. اقدامی که خیلی رزوتور از اینها باید انجام می شد. به طور حتم زمانی که با فساد مبارزه می شود می توانیم شاهد موفقیت های بزرگ پرسپولیس باشیم.

وی در مورد ابراهیم شکوری و یو به قهرمانی آسیا پرسد

پروکتل های بهداشتی، جان کشتی گران را در برابر ویروس کرونا حفظ کند. قطعا از این پس هم سلامتی کشتی گران اولویت اول فدراسیون است.

پروکتل های بهداشتی، جان کشتی گران را در برابر ویروس کرونا حفظ کند. قطعا از این پس هم سلامتی کشتی گران اولویت اول فدراسیون است. پروکتل های بهداشتی، جان کشتی گران را در برابر ویروس کرونا حفظ کند. قطعا از این پس هم سلامتی کشتی گران اولویت اول فدراسیون است. پروکتل های بهداشتی، جان کشتی گران را در برابر ویروس کرونا حفظ کند. قطعا از این پس هم سلامتی کشتی گران اولویت اول فدراسیون است. پروکتل های بهداشتی، جان کشتی گران را در برابر ویروس کرونا حفظ کند. قطعا از این پس هم سلامتی کشتی گران اولویت اول فدراسیون است. پروکتل های بهداشتی، جان کشتی گران را در برابر ویروس کرونا حفظ کند. قطعا از این پس هم سلامتی کشتی گران اولویت اول فدراسیون است.

پروکتل های بهداشتی، جان کشتی گران را در برابر ویروس کرونا حفظ کند. قطعا از این پس هم سلامتی کشتی گران اولویت اول فدراسیون است. پروکتل های بهداشتی، جان کشتی گران را در برابر ویروس کرونا حفظ کند. قطعا از این پس هم سلامتی کشتی گران اولویت اول فدراسیون است. پروکتل های بهداشتی، جان کشتی گران را در برابر ویروس کرونا حفظ کند. قطعا از این پس هم سلامتی کشتی گران اولویت اول فدراسیون است. پروکتل های بهداشتی، جان کشتی گران را در برابر ویروس کرونا حفظ کند. قطعا از این پس هم سلامتی کشتی گران اولویت اول فدراسیون است. پروکتل های بهداشتی، جان کشتی گران را در برابر ویروس کرونا حفظ کند. قطعا از این پس هم سلامتی کشتی گران اولویت اول فدراسیون است.

وحدت مسلمانان، مدخل حقیقی به منظور موفقیت، یکپارچگی، قدرت و عزت نشان است، یادآور شد: بدون وحدت، قدرتی وجود ندارد. وی افزود: وحدت اسلامی، سرنوشت امت است و مانند سوخت موتور آن به منظور بازگشت به دوران اوج خود به شمار می رود. اما امت هستیم که تمام بتائسلیها لازم را داریم تا یکی از امت های (الشریف) به خلافت بازمیشت حتی اگر در راس این امت ها و ملتها قرار نگیریم.

برگزاری ۷ ویتنا در حاشیه برگزاری سی و چهارمین کنفرانس بین المللی وحدت اسلامی ویتنام های غرب آسیا، منطقه ای شرق و جنوب شرق آسیا، هندوستان، پاکستان، جنوب آفریقا، باتوان تقریبی و رسانه هم برگزار شد که در آن دانشمندان و علمای اسلام به بیان دیدگاه های خود درباره مسائل و مناصب جهان اسلام پرداختند و رهنمودهای ارائه کردند.

است تا به این وسیله تمامی غبارهایی که توسط تروریست های افراط گرای تکفیری بر آن نشسته است، زوده شود. حجت الاسلام والمسلمین سید عمار حکیم اظهار داشت: این فرصتی است که باید بادی کنیم از حضرت امام خمینی (قدس سره (الشریف) که تلاطم راه وحدت اسلامی در این عصر خودداری می کنند؛ ولی فطران را نزدیک خود را بر توده گسترده جهان اسلام ترجیح می دهند، من این اتهام را شامل همگان می دانم، جز آن که رحمت الهی شامش شده باشد. رهبر جریان حکمت ملی عراق هم بیان داشت: بحران کاریکاتوره های توهمی امیز، بیش از آن که یک بحران نیازمند موعبگری یکپارچه جهان اسلام باشد، فرصتی برای شناساندن دین حنیف اسلام

است تا به این وسیله تمامی غبارهایی که توسط تروریست های افراط گرای تکفیری بر آن نشسته است، زوده شود. حجت الاسلام والمسلمین سید عمار حکیم اظهار داشت: این فرصتی است که باید بادی کنیم از حضرت امام خمینی (قدس سره (الشریف) که تلاطم راه وحدت اسلامی در این عصر خودداری می کنند؛ ولی فطران را نزدیک خود را بر توده گسترده جهان اسلام ترجیح می دهند، من این اتهام را شامل همگان می دانم، جز آن که رحمت الهی شامش شده باشد. رهبر جریان حکمت ملی عراق هم بیان داشت: بحران کاریکاتوره های توهمی امیز، بیش از آن که یک بحران نیازمند موعبگری یکپارچه جهان اسلام باشد، فرصتی برای شناساندن دین حنیف اسلام

است تا به این وسیله تمامی غبارهایی که توسط تروریست های افراط گرای تکفیری بر آن نشسته است، زوده شود. حجت الاسلام والمسلمین سید عمار حکیم اظهار داشت: این فرصتی است که باید بادی کنیم از حضرت امام خمینی (قدس سره (الشریف) که تلاطم راه وحدت اسلامی در این عصر خودداری می کنند؛ ولی فطران را نزدیک خود را بر توده گسترده جهان اسلام ترجیح می دهند، من این اتهام را شامل همگان می دانم، جز آن که رحمت الهی شامش شده باشد. رهبر جریان حکمت ملی عراق هم بیان داشت: بحران کاریکاتوره های توهمی امیز، بیش از آن که یک بحران نیازمند موعبگری یکپارچه جهان اسلام باشد، فرصتی برای شناساندن دین حنیف اسلام

است تا به این وسیله تمامی غبارهایی که توسط تروریست های افراط گرای تکفیری بر آن نشسته است، زوده شود. حجت الاسلام والمسلمین سید عمار حکیم اظهار داشت: این فرصتی است که باید بادی کنیم از حضرت امام خمینی (قدس سره (الشریف) که تلاطم راه وحدت اسلامی در این عصر خودداری می کنند؛ ولی فطران را نزدیک خود را بر توده گسترده جهان اسلام ترجیح می دهند، من این اتهام را شامل همگان می دانم، جز آن که رحمت الهی شامش شده باشد. رهبر جریان حکمت ملی عراق هم بیان داشت: بحران کاریکاتوره های توهمی امیز، بیش از آن که یک بحران نیازمند موعبگری یکپارچه جهان اسلام باشد، فرصتی برای شناساندن دین حنیف اسلام

است تا به این وسیله تمامی غبارهایی که توسط تروریست های افراط گرای تکفیری بر آن نشسته است، زوده شود. حجت الاسلام والمسلمین سید عمار حکیم اظهار داشت: این فرصتی است که باید بادی کنیم از حضرت امام خمینی (قدس سره (الشریف) که تلاطم راه وحدت اسلامی در این عصر خودداری می کنند؛ ولی فطران را نزدیک خود را بر توده گسترده جهان اسلام ترجیح می دهند، من این اتهام را شامل همگان می دانم، جز آن که رحمت الهی شامش شده باشد. رهبر جریان حکمت ملی عراق هم بیان داشت: بحران کاریکاتوره های توهمی امیز، بیش از آن که یک بحران نیازمند موعبگری یکپارچه جهان اسلام باشد، فرصتی برای شناساندن دین حنیف اسلام

است تا به این وسیله تمامی غبارهایی که توسط تروریست های افراط گرای تکفیری بر آن نشسته است، زوده شود. حجت الاسلام والمسلمین سید عمار حکیم اظهار داشت: این فرصتی است که باید بادی کنیم از حضرت امام خمینی (قدس سره (الشریف) که تلاطم راه وحدت اسلامی در این عصر خودداری می کنند؛ ولی فطران را نزدیک خود را بر توده گسترده جهان اسلام ترجیح می دهند، من این اتهام را شامل همگان می دانم، جز آن که رحمت الهی شامش شده باشد. رهبر جریان حکمت ملی عراق هم بیان داشت: بحران کاریکاتوره های توهمی امیز، بیش از آن که یک بحران نیازمند موعبگری یکپارچه جهان اسلام باشد، فرصتی برای شناساندن دین حنیف اسلام

تیمار ۳ بازی آینده پاری سن ژرمن را از دست داد زمان دوری مهاجم برزیلی پاری سن ژرمن از میادین مشخص شد. به گزارش خبرگزاری فارس، نشریه «اکسپ» فرانسه خبر داد، تیمار ستاره برزیلی پاری سن ژرمن به دلیل مصدومیت نمی تواند تیمش را در ۳ بازی پیش رو همراهی کند.تیمار در دیدار پاری سن ژرمن با پاشاک شهر ترکیه در لیگ قهرمانان اروپا مصدوم شد و نتوانست به بازی ادامه دهد و زمین بازی را ترک کرد.به این ترتیب مهاجم تیم ملی برزیل در دو بازی پیش روی پاری سن ژرمن در لیگ فرانسه و یک بازی در لیگ قهرمانان اروپا حضور نخواهد داشت.

گفتنی است که پاری سن ژرمن در این بازی با نتیجه ۲ بر صفر نماینده ترکیه را شکست داد.

بازگشت حاشیه سازان به تیم ملی انگلیس

گرت ساوت گیت دو بازیکن خاطی تیم ملی فوتبال انگلیس را به تیم ملی این کشور دعوت خواهد کرد. به گزارش ایسنا و به نقل از استار، گرت ساوت گیت سرمربی تیم ملی فوتبال انگلیس میسون گرتنود و فیمل فونن را قبل از بازی با دانمارک در لیگ ملت های اروپا به دلیل مسائل غیراخلاقی از اردوی تیم ملی فوتبال انگلیس اخراج کرد. این دو بازیکن قوانین فزطنیه را زیر پای گذاشتند و افتادهای زیادی را متوجه خود کردند.با این حال درخشش هر دو بازیکن در تیم های شهر منچستر باعث شده است، گرت ساوت گیت درهای تیم ملی را بسا ر دیگر به روی این دو بازیکن باز کند.گرتنود در بازی برابر لایپزیگ گل اول را به ثمر رساند و فیل فونن نیز در لیگ برتر برابر وستهم گلزنی کرد.

الریان منتظر مساعدت پرسپولیس برای صدور آی تی سی خلیل زاده

مدیر رسانه ای تیم فوتبال ایران قطر اعلام کرده است منتظر کارت بازی، بازیکن ایرانی این تیم هستند. به گزارش ایرنا، شجاع خلیل زاده هفته گذشته به قراردادی ۲ ساله به تیم فوتبال آلمان قطر پیوست اما هنوز موفق نشده تا برای این تیم به میدان برود.در این زمینه «المنزی» مدیر رسانه ای باشگاه ایران در مصاحبه با نشریه «العرب» گفته است منتظر هستیم تا باشگاه پرسپولیس FTCبازیکن سابق خود را صادر کند و اگر پرسپولیس در این زمینه مساعدت لازم را انجام دهد، خلیل زاده در فهرست بازیکنان ایران برای دیدار برابر الاهلی جای خواهد گرفت.با این اوصاف گفته می شود پرسپولیس شاکتی را علیه این بازیکن تنظیم و اعلام کرده او به صورت غیرقانونی راهی ایران شده است.

سبقت قطر از ایران برای میزبانی جام ملت های آسیا کشور قطر دومین اقدام خود را برای گرفتن میزبانی جام ملت های فوتبال آسیا انجام داد.

به گزارش خبرنگار مهر و به نقل از روزنامه «الوطن»، فدراسیون فوتبال قطر بخش دوم پیشنهاد میزبانی جام ملت های ۲۰۲۷ فوتبال آسیا را که شامل کلیه شرایط فیزیکی، هماهنگی با کنفدراسیون فوتبال آسیا است ارائه داد.این بخش بیانگر تعهد فدراسیون فوتبال قطر در تحقق کلیه شرایط میزبانی مطابق با برنامه مصوب و تلاش برای سازماندهی مسابقات بر اساس بالاترین استانداردهای بین المللی است. ایران، هندوستان، عربستان و ازبکستان هم از دیگر متقاضیان جام ملت های ۲۰۲۷ آسیا هستند اما فدراسیون فوتبال ایران هنوز خبری از ارائه این بخش از مدارک برای نشان دادن تعهد خود در تحقق کلیه شرایط میزبانی مطلوب با استاندارد بالا منتشر نکرده است و مشخص نیست که آیا این اقدام را انجام داده یا خیر.

افزایش صادرات غیر نفتی در نیمه دوم امسال رئیس سازمان توسعه تجارت از هدف گذاری برای افزایش ۱۵ درصدی صادرات غیر نفتی در شش ماهه دوم امسال خبر داد. حمید زاویوم در مصاحبه با خبرگزاری صدا و سیما گفت: اگر چه شیوع بیماری کرونا تجارت خارجی جهان را با کاهش ۱۵ درصدی مواجه کرد و به تبع آن تجارت خارجی ما را هم در نیمه نخست امسال تحت تأثیر قرار داد، اما با بازسازی فرآیندهای صادراتی پیش بینی می کنیم که در نیمه دوم امسال تا ۱۵ درصد رشد صادرات غیر نفتی اتفاق بیفتد.

آگهی مزایده عمومی بانک غیردولتی در نظر دارد تعداد ۶ دستگاه فریزر دایر غذایی نو و بدون کارکرد مدل F3D300 از طریق مزایده عمومی به فروش برساند.لذا متقاضیان می توانند پس از انتشار آگهی حاکمتر تا پایان وقت اداری تاریخ ۱۳۹۹/۰۸/۲۸ جهت دریافت فرم شرایط مزایده و بازدید به آدرس: تهران بلوار نلسون ماندلا خیابان تانان غربی پلاک ۱۳ ساختمان مهران طبقه چهارم مراجعه و با جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۸۸۲۰۲۲۳ تماس حاصل نمایند.

بانک غیردولتی در نظر دارد تعداد ۶ دستگاه فریزر دایر غذایی نو و بدون کارکرد مدل F3D300 از طریق مزایده عمومی به فروش برساند.لذا متقاضیان می توانند پس از انتشار آگهی حاکمتر تا پایان وقت اداری تاریخ ۱۳۹۹/۰۸/۲۸ جهت دریافت فرم شرایط مزایده و بازدید به آدرس: تهران بلوار نلسون ماندلا خیابان تانان غربی پلاک ۱۳ ساختمان مهران طبقه چهارم مراجعه و با جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۸۸۲۰۲۲۳ تماس حاصل نمایند.

بانک غیردولتی در نظر دارد تعداد ۶ دستگاه فریزر دایر غذایی نو و بدون کارکرد مدل F3D300 از طریق مزایده عمومی به فروش برساند.لذا متقاضیان می توانند پس از انتشار آگهی حاکمتر تا پایان وقت اداری تاریخ ۱۳۹۹/۰۸/۲۸ جهت دریافت فرم شرایط مزایده و بازدید به آدرس: تهران بلوار نلسون ماندلا خیابان تانان غربی پلاک ۱۳ ساختمان مهران طبقه چهارم مراجعه و با جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۸۸۲۰۲۲۳ تماس حاصل نمایند.

بانک غیردولتی در نظر دارد تعداد ۶ دستگاه



۴

پیشنهاد سر آشپز:

مرجو خورش



۵

چه زمانی

تست کرونا بدهیم؟

خانواده

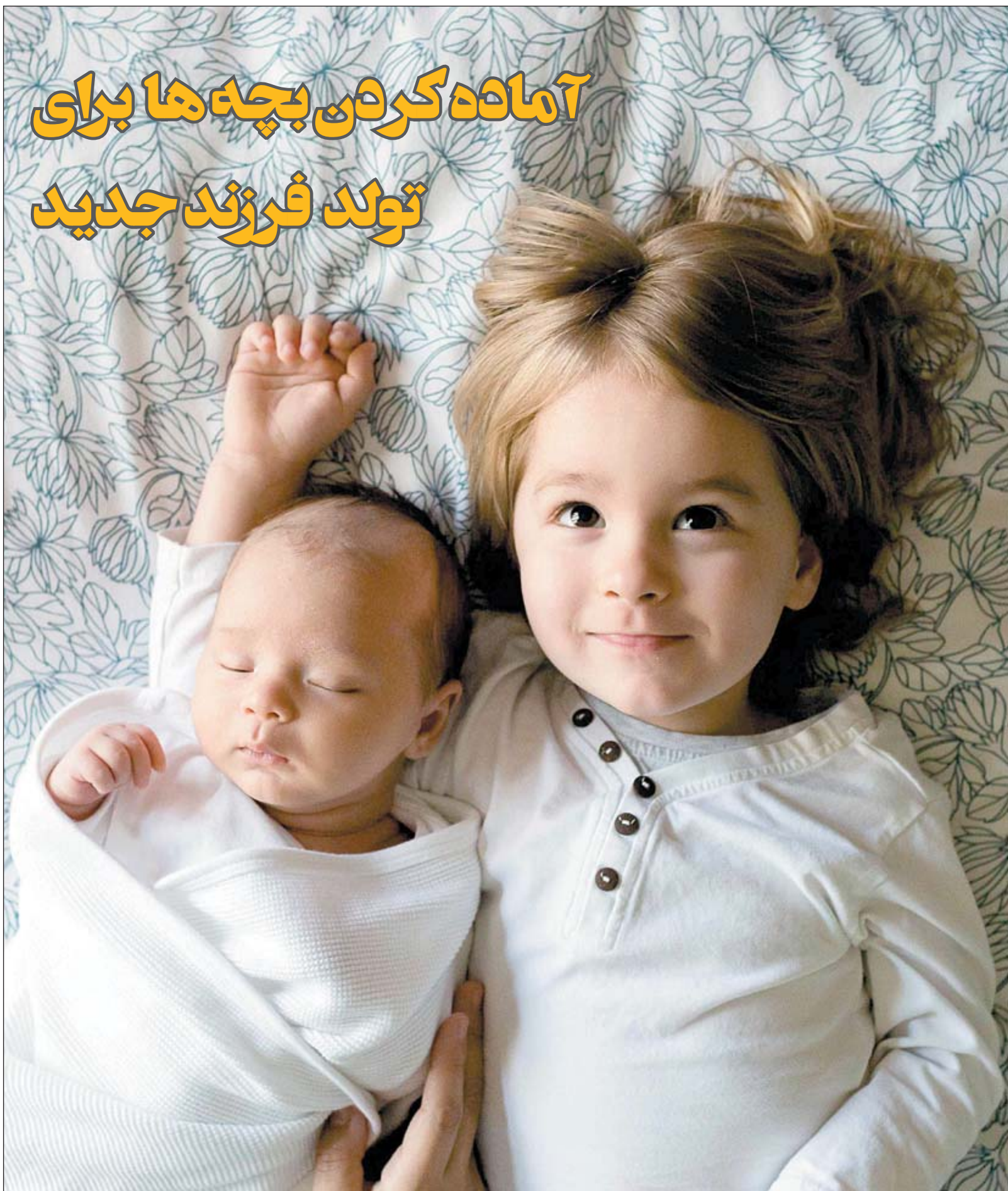
شنبه ۱۰ آبان ۱۳۹۹

سال نود و پنجم - شماره ۲۷۶۹۰

۴۶۸

ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات

آماده کردن بچه ها برای تولد فرزند جدید





شیشه به جای قرص لاغری!

• یگانه خدای

از اعتیاد تا مرگ

پزشکان و روانشناسان معتقدند که مصرف شیشه شاید در نگاه اول باعث لاغری شود چون اشتهای فرد را کور می کند اما عوارض مصرف آن فوق العاده خطرناک است و درصد قابل توجهی از مصرف کنندگان این ماده دچار جنون، خودکشی و حالت های روانی شدید غیرقابل بازگشت می شوند. برخی از این قرص ها هم با درصدی «کستاسی» که بر ادراک افراد تأثیر مخربی می گذارد، تهیه می شود. مصرف این قرص ها در نهایت به دلیل وجود مواد مخدر مصرف کننده را وابسته می کند و ناخالص بودن آنها عواقب خطرناک تری مانند مرگ و فلج مغزی به همراه می آورد.

تولید کنندگان این قرص ها ترکیبات واقعی استفاده شده در آنها را فاش نمی کنند و معمولاً ترکیباتی در این داروها وجود دارند که در فهرست برچسب ترکیبات دارو اسمی از آنها برده نشده است. ممکن است بر روی محصولی کلمه «فاقد کافئین» درج شده باشد ولی در عین حال حاوی کافئین باشد. حتی اگر ترکیبات فعال آن دارو هیچ گونه اثرات جانبی نداشته باشد ممکن است محتوای آن دارای اثرات جانبی باشد بر چسب نژدن روی محصولات ممکن است بسیار خطرناک باشد.

مطالعه ای که سال گذشته در ژورنال پزشکی BMC به چاپ رسید نشان داد که یک سوم از ۴۴ نوع داروی مکملی که عنوان کرده بودند دارای ترکیبات فعال هستند در حقیقت حاوی هیچ ترکیب فعالی نبودند. بعضی از انواع آنها هم حاوی تنقلات بودند که این می تواند برای کسانی که نسبت به آنها حساسیت دارند بسیار کشنده باشد.

کریستوفر اوچنر می گوید: «بسیاری از این محصولات در تبلیغاتشان از واژه «طبیعی» استفاده می کنند تا کسانی را که از داروهای شیمیایی می ترسند وادار به استفاده از آنها کنند. مردم می خواهند باور کنند که در اعماق طبیعت دارویی وجود دارد که چربی های آنها را می سوزاند اما اگر واقعاً چنین دارویی وجود دارد شرکت هایی که سالانه میلیون ها دلار صرف مطالعه در این مورد می کنند باید اول موفق به شناسایی آنها شوند.»

این قرص ها شاید دارای اثرات اثبات شده اندکی باشند اما مشکلات ناشی از آنها یعنی توهیم، اعتیاد و حتی خودکشی و مرگ آنقدر زیاد و مهم است که این اثرات اندک را از بین می برد و بی اهمیت می کند.

بدانید که هر چیزی شامل قرص، چای و کپسول که به سرعت فرد را لاغر می کند، حتماً مواد محرک دارند. موادی که به سرعت شما را لاغر می کنند اما باعث اعتیاد شما می شوند.

بیشتر این قرص های لاغری از ماده مخدر «آمفتامین» تهیه می شود و خاصیت های لحظه ای و کاذب دارند که اغلب آنها سیستم های عصبی و چربی های طبیعی بدن را از بین می برند. اغلب این قرص ها با مواد ناخالص و نشان های تقلبی پزشکی از کشورهای عربی و ترکیه وارد ایران می شود و در شهرهای بزرگ فروش خوبی دارند و مصرف این داروها باعث بروز بیماری های روانی مانند افسردگی و توهیم می شود.

میل شدید به لاغری به دنبال تبلیغات مختلف جهانی و ارائه تصویر لاغر به عنوان اندام ایده آل، هر روز بیشتر می شود. شاید خیلی ها بخواهند با ورزش و رژیم های درست لاغر شوند اما خیلی ها هم هستند که حوصله این دروس را ندارند و می خواهند به سرعت شبیه همان تصویرهای ایده آل جهانی شوند. میلی که در زنان شاید بیشتر است و به همین دلیل برخی از آرایشگاه های زنانه و حتی خیاطی ها و سالن های ورزشی ماده اعتیادآور شیشه را به عنوان داروی لاغری پیشنهاد و توزیع یا قرص های لاغری حاوی این ماده مخدر را ارائه می کنند و در نتیجه اعتیاد زنان به ماده محرک شیشه گسترش پیدا کرده است.

البته این اتفاق تنها در ایران نمی افتد. کریستوفر اوچنر، محقق چاقی و استادیار دانشکده پزشکی در نیویورک می گوید: «این شرکت ها می دانند که داروهایشان کار نمی کنند اما به هر حال آنها را تبلیغ می کنند و می گویند اگر به جای ورزش و رژیم غذایی فقط یک قرص بخورید مسلماً راحت تر است و همه آن را انجام خواهند داد.»

تولید کنندگان این داروها ادعا می کنند که ترکیبات آنها چربی سوز است و متابولیسم بدن را افزایش می دهد، از لحاظ پزشکی اثبات شده هستند و هیچگونه اثرات جانبی ندارند اما متخصصان می گویند همه این ادعاها درباره این داروها جعلی است و این ادعاهایی که در مورد این داروها شده توسط هیچ محقق مستقلی تأیید نمی شوند.

هرقدر درباره خطرات محصولات لاغری مانند قرص های لاغری هشدار داده می شود اقبال مردم به این محصولات کم نمی شود. وسوسه به سرعت لاغر شدن باعث می شود تبلیغات مختلف این قرص ها موثر باشد و کمتر کسی به مشکلاتی که ممکن است با این قرص ها برایش ایجاد شود توجه می کند. اعتیاد یکی از مهمترین مشکلاتی است که این قرص ها ممکن است ایجاد کنند. راهی به لاغری با پایانی تلخ.

لاغری یا شیشه؟

از مدت ها پیش پزشکان و متخصصان درباره اعتیادآور بودن قرص های لاغری هشدار می دادند اما اگر فراتر رفته و رئیس پلیس مبارزه با مواد مخدر مدتی پیش از انهدام باند توزیع شیشه در قالب قرص های لاغری در بسته بندی های خارجی خبر داد. قرص هایی که به عنوان قرص های لاغری و خارجی ارائه می شدند اما در واقع مواد مخدر شیشه بودند در بسته بندی خارجی.

سردار کریمی درباره فعالیت این باند گفت: «اعضای این باند، شیشه را در داخل کپسول هایی بسته بندی کرده و در قالب قرص های لاغری در آرایشگاه های زنانه و سایر مکان ها می فروختند. جامعه هدف این باند بیشتر خانم ها بودند. این باند ماده مخدر صنعتی شیشه را برای ایجاد جذابیت در بین قشر جوان و نوجوان به رنگ های مختلف فسفری، قرمز، آبی در می آورد.» این اتفاق اصلاً تازه نیست و از مدت ها پیش درباره پخش شیشه در قالب قرص ها و محصولات لاغری در مکان هایی مانند آرایشگاه های زنانه هشدار داده می شد و این غیر از قرص هایی بود که مردم به امید لاغری می خریدند اما در واقع معتادشان می کرد.

تبلیغات دروغین

قرص های لاغری که معمولاً در شبکه های ماهواره ای و صفحات اینستاگرام تبلیغ و خیلی وقت ها آنها در آرایشگاه ها و باشگاه های ورزشی توزیع می شوند مدعی هستند که به سرعت شما را لاغر می کنند. اما باید

یک تکه آسمان

خدایا

از درگاه تو پوزش می طلبم اگر در محضر من بر ستمدیده ای ستمی رفته و من به یاری او بر نخاسته باشم، اگر کسی در حق من نیکی کرده و من سپاسش نگفته باشم، اگر خطاکاری از من عذری خواسته و من عذرش نپذیرفته باشم، اگر ببنوایی از من چیزی طلبیده و من بر او ایثار نکرده باشم، اگر مؤمنی را بر من حقی بوده و من به تمامی ادایش نکرده باشم، اگر بر عیب مؤمنی آگاه شده ام و آن را بنوشیده باشم، اگر با گناهی رویاروی شده ام و از آن دوری نگزیده باشم.

خدایا از این خطاها و نظیر این ها، همراه با پشیمانی، از تو عذر می خواهم. تا چون بار دیگر چنان خطاهایی پیش آید، مرا واعظی باشد.

دعای سی و هشتم صحیفه سجاده

پیشنهاد هفته

در روزهایی که هنوز شیوع کرونا مجال نفس کشیدن به تفرجگاه های شهری نمی دهد، خانه نشینی بهترین و امن ترین راه است. برای سرگرم شدن شما در این روزها، باز هم با سه پیشنهاد سرگرم کننده در دنیای کتاب همراهان هستیم؛ کتاب هایی که راه و رسم بهتر زیستن و عبرت گرفتن از دیگران را به شما و کودکانتان آموزش می دهند.

... کتاب کودک

من می توانم قوی باشم



پیشنهاد این هفته ما برای کتابخوانی کودک شما، کتاب «من می توانم قوی باشم» است. داستانی برای اعتماد به نفس و مقابله با قلدری که الیزابت تسولر آن را نوشته و داگمار گایسلر تصویرگری کرده است. در این کتاب، ماجرای کودکی به نام کیم روایت می شود که گریب و فریتس، دوتا از بچه های مهد کودک راه او را

می بندند، او را هل می دهند و می خواهند کوله پشتی جدیدش را بگیرند. کیم می خواهد با صدای بلند کمک بخواند و از خود دفاع کند، اما نمی تواند و از ترس فقط روی زمین چمباتمه می زند. کیم در جریان داستان یاد می گیرد که منحصربه فرد است و می تواند به توانایی هایش افتخار کند چون داشتن اعتماد به نفس و شجاعت همیشه ساده نیست. این باعث می شود او قوی شود؛ آن قدر قوی که دوستانش دیگر نتوانند آسیبی به او برسانند. این کتاب را انتشارات پیک ادبیات با ترجمه منیره نصیری منتشر کرده و با قیمت ۱۸ هزار تومان به فروش می رساند.



ساعات

● نوشته: ساناز عمادی

از پنجره جلوی ماشین به شلوغی خیابان نگاه می‌کند. سرش را به صندلی تکیه داده و به آهنگ شش و هشتی که راننده گذاشته گوش می‌دهد. چشمانش درد می‌کنند. شقیقه‌هایش را با دست می‌فشارد و آرنجش را به زانوانش تکیه می‌دهد. صدای شکسته شدن ظرف‌ها در سرش می‌پیچد. توی سرش تکرار می‌شود: مردن مامان و بابا تقصیر من بود - مردن مامان و بابا تقصیر من بود... داد می‌زند: مردن مامان و بابا تقصیر من بود. نه؟ و باز صدای شکسته شدن ظرف‌ها...

- خانوم به مقصدتون رسیدیم. با صدای بوق ماشین پشتی به خودش می‌آید.

چشم‌های نمناکش را با دستش پاک می‌کند و وارد شرکت می‌شود. صدای همه‌کارمندان فضا را پر کرده است: رویا جون یک نامه اومده بود برات گذاشتم رو میزت. آقای اسکندری هم کارت داره تو اتاقش.

بعد یک نگاهی به سر تا پای رویا می‌اندازد. چشمانش کمی گرد شده‌اند: چیزی شده؟!

- نه عزیزم خستگی دیشب خوب نخوابیدم...

و با لبخندهایی که هیچ تغییری در چشمانشان ایجاد نمی‌کند از هم دور می‌شوند. به سمت میز انتهایی دفتر کوچکش می‌رود. بی‌نام و نشان. نامه را باز می‌کند:

«خانم خسروی گرامی، ما به دنبال سود طرفین در این مناقصه هستیم و کمک شما باعث افتخار ما و حتماً شایسته بهترین تقدیرها خواهد بود. به همین منظور پس از برگزاری مناقصه ۱۰ درصد از سود معامله به نشانه سپاسگزاری به حساب شما واریز خواهد شد.»

بعد از چند لحظه مکث، نامه را درون سطل زباله می‌اندازد و به سمت اتاق انتهایی راهرو می‌رود. آقای اسکندری بدون لحظه‌ای تعلل شروع می‌کند: خانم خسروی همونطور که گفتیم تو این شرایط نمی‌تونیم بهتون وام بدیم. نه که نخواهیم، می‌دونید که...

با صدای در به خودش می‌آید: خانم خسروی پاکت‌ها را آوردم.

پاکت‌ها را روی میز می‌گذارد و هنگام خارج شدن تاکید می‌کند که تا نیم ساعت دیگر در گاو صندوق باشند. روی صندلی می‌نشیند و سرش را بالا می‌گیرد. پنت‌هاوس برج روبرو را می‌بیند. خیلی وقت‌ها دنبال زاویه‌ای می‌گشت که پنت‌هاوس این برج ۵۰ طبقه را ببیند. پوزخندی می‌زند. روی میز پاکت‌های مناقصه قرار گرفته اند. چشمش به نامه درون سطل اشغال می‌افتد.

صدای بوق ماشین‌ها، همه‌کارهای کج خلق خیابان و کارمندان شرکت سرش را پر کرده اند. با دست قطره‌های عرق روی پیشانی اش را پاک می‌کند. پیامی از طرف خاله اش آمده. شماره کلینیک روان درمانی سعادت.

- خاله جان وامت جور شده به سلامتی؟

برای چند دقیقه گویی همه جا را سکوت فرا می‌گیرد. به ساعت نگاه می‌کند. با نزدیک شدن به وقت ناهار شرکت کمی آرام می‌گیرد. همه گروه گروه دور هم جمع می‌شوند و پیچ پیچ گویان می‌خندد. در اتاق باز می‌شود. با قدم‌های بلند و با صلابت به سمت میز منشی می‌رود و پرونده را تحویل می‌دهد.

- من چندروزی نیستم. برگه مرخصیم هم رو همون پاکت‌هاست، بدید خدمت آقای اسکندری.

سوار آژانس دم در می‌شود و نفس راحتی می‌کشد: کلینیک روان درمانی سعادت لطفاً.

از میز خود دور شده و کمی نزدیک رویا می‌شود. با صدای آرام‌تر از پیش ادامه داد: یک سری مسائل دست ما نیست... نگاهی به رویا می‌اندازد و ابرویی بالا می‌دهد.

- البته باز شاید بشه کاری کرد... اگه بخواید...

رویا قدیمی به عقب برمی‌دارد: خیلی ممنون. متوجه شدم. احتیاجی نیست.

با بغضی که گلوش را می‌فشارد از اتاق خارج می‌شود. صدای تق تق کفشش که در راهرو می‌پیچد سرش را به درد می‌آورد. در را پشت سرش می‌بندد و به سمت تلفن می‌رود.

شرکت همچنان غرق در همه‌روز آخر مناقصه است. پرونده‌ها پیاپی بین کارمندان دست به دست می‌شوند. رویا گوشه‌ای جلوی دهانش گرفته و به دیوار تکیه داده است. از پنجره به خیابان شلوغ پر از ماشین‌های مدل بالا و برج‌های بلند نگاه می‌کند: نه خاله جان، از همون دیشب هنوز تو تختشه. دکتر می‌گه افسردگی نمی‌دونم چی چی گرفته، باید سریع‌تر بستری بشه تو کلینیکشون. می‌گه تختاشونم محدوده. کاش من مادر مرده یکم پول داشتم می‌دادم برا این بچه...

صدای گریه در گوشش پشت هم تکرار می‌شود. با صدای بوق بلندی از خیابان‌هایش بیرون انداخته می‌شود. مردی با لباسی مندرس آن طرف خیابان سطلی پر از زباله را دنبال خود می‌کشد و لحظه‌ای وارد خیابان می‌شود. بوق‌ها تمامی ندارند.

- دکتر گفت چاقو و قرص و اینارو از جلو دستت دور کنیم. تو هم قرصاتو جلو دستت نذار رویا جان.

... کتاب بزرگسال

آی‌شمن در اورشلیم



آی‌شمن در اورشلیم راه‌انا آرن‌ت در سال ۱۹۶۴ منتشر کرد. او به اورشلیم سفر کرد تا شاهد مستقیم دادگاهی باشد که متهم اصلی‌اش چند ماه پیشتر توسط سرویس‌های مخفی اسرائیلی از آرژانتین ربوده شده بود تا در این دادگاه به اتهامات بی‌شمارش در طول سال‌های حکمرانی هیتلر بر آلمان رسیدگی شود. کتاب با عنوان فرعی «در باب ابتذال شر» و با ترجمه زهرا

شمس توسط نشر برج در ۳۰۴ صفحه منتشر شده و به قیمت ۵۰ هزار تومان به فروش می‌رسد. آرن‌ت در پانزده فصل کتاب به مثابه یک گزارشگر، تلاش می‌کند با فاصله به واقعیت بنگرد و تصویری واقعی از آی‌شمنی ارائه کند که لایه‌لایه خود را در آن دادگاه رو به جهان نشان می‌دهد. مردی که شیفته فرمان‌برداری است و بارها علیه خودش با هوشی نه چندان بالا مطالبی را بیان می‌کند تنها برای آنکه نمی‌خواهد گمنام و ناتوان جلوه کند. آرن‌ت روایت خود را با به پایان رسیدن زندگی آی‌شمن به پایان می‌رساند. این کتاب باعث تکفیر هانا آرن‌ت، فیلسوف یهودی توسط شورای مرکزی یهود شد.

... کتاب نوجوان

لبخندی برای سوفیا



«لبخندی برای سوفیا» داستانی تاریخی درباره وضعیت تبعیدی‌های لهستانی در جنگ جهانی اول و دوم است که محمدرضا مرزوقی آن را نوشته و نوشین صفاخو تصویرگری‌اش را به عهده داشته است. قصه از جایی شروع می‌شود که یکی از کشتی‌هایی که مهاجران را از سیبری به ایران حمل می‌کرده در بندر آنزلی پهلو می‌گیرد و مهاجران را

پیاده می‌کند. یکی از این مهاجران دختری به نام سوفیا است که هرگز لبخند نمی‌زند و بسیار دلگیر و غمگین است. خانواده‌اش را از دست داده و در روسیه مورد تعدی قرار گرفته است و از ۱۲ سالگی تا الان که ۱۶ ساله است در اردوگاه‌های سیبری با مادر بزرگش زندگی کرده. او در راه با حمید که همسن خودش است و انگلیسی می‌داند آشنا می‌شود و تنها رابط بین ایرانی‌ها و لهستانی‌های مهاجری می‌شوند که به ایران آمده‌اند. رمان «لبخندی برای سوفیا» را کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان در ۱۶۰ صفحه منتشر کرده و به قیمت ۱۰ هزار تومان به فروش می‌رساند.

... پیشنهاد سرآشپز

مرجو خورش

مرجو خورش یکی از غذاهای سنتی مردم طالقان است که به خورش عدس و آلو هم معروف است. این خورش سرشار از آهن و فیبر است و یک غذای سالم به حساب می آید.

مواد لازم:

گوشت خورشی	۳۰۰ گرم
پیاز	۲ عدد بزرگ
عدس	یک پیمانه
سیب زمینی	۱ عدد متوسط
آلو بخارا	۱۰ عدد
نمک، فلفل، زردچوبه	به میزان لازم
دارچین	به میزان لازم
زعفران دم کرده	به میزان لازم
رب گوجه فرنگی	به میزان لازم
آبغوره	مقداری

طرز تهیه:

ابتدا عدس ها را بشویید و یکی دو ساعت در آب خیس کنید. تابه ای را روی حرارت قرار دهید و مقداری روغن داخل آن بریزید تا داغ شود. سپس پیاز خرد شده را به همراه مقداری زردچوبه در روغن بریزید و تفت دهید تا پیاز طلایی شود. بعد گوشت خورشی را به پیاز تفت داده شده اضافه کنید و هم بزنید تا رنگ گوشت تغییر کند. رب گوجه فرنگی را در حین تفت دادن گوشت، به آن بیفزایید تا رنگ رب روشن و شفاف شود. به جای رب می توانید از ۳ عدد گوجه خرد شده هم استفاده کنید.

... آشپزخانه رژیمی

کدوبره

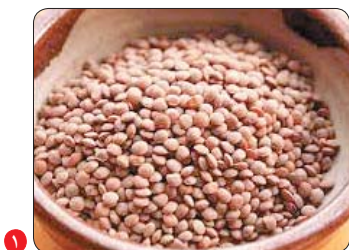
کدوبره یک غذای خوشمزه مازندرانی است که سریع آماده می شود و به دلیل کالری کم، بهترین گزینه برای یک شام سبک و رژیمی است.

مواد لازم:

سیب زمینی	۳ عدد
کدوی سبز	۵ عدد
گوجه فرنگی	۵ عدد
پیاز	۲ عدد
سیر	۱ حبه
تخم مرغ	۳ عدد
روغن	به میزان لازم
نمک، فلفل، زردچوبه	به میزان لازم

طرز تهیه:

در تابه کمی روغن بریزید و شعله را زیاد کنید. پیاز و سیر را خرد کنید و چند دقیقه تفت دهید، نمک و زردچوبه را اضافه کنید. سیب زمینی ها را نگینی خرد کرده و داخل تابه بریزید. سپس شعله را ملایم کنید و در تابه را ببندید و بگذارید مواد ۱۰ دقیقه روی حرارت بپزند. کدوهای سبز را حلقه حلقه کنید و به مواد اضافه کرده و چند دقیقه سرخ کنید. سپس گوجه فرنگی های خرد شده و تخم مرغ های زده شده را روی آن بریزید و شعله را کم کنید. در تابه را بگذارید و اجازه دهید مواد حدود ۱۰ دقیقه بپزند. در مرحله آخر فلفل سیاه را روی آن بپاشید و غذا را سر سفره بیاورید.



به گوشت اضافه کنید تا همه مواد با هم بپزند. در آخر پخت خورش آبغوره و زعفران را اضافه کنید و بعد از اینکه خورش جا افتاد غذا را در ظرف بکشید و با پیاز داغ روی آن را تزیین کنید.

بعد از تغییر رنگ گوشت، مقداری آب به آن اضافه کنید و اجازه دهید تا روی حرارت ملایم کاملاً بپزد. در فاصله پختن گوشت، آلوها را بشویید و خیس کنید. بعد از اینکه گوشت نیم پز شد، سیب زمینی های خرد شده را به همراه عدس و آلو خیس خورده و مقداری نمک، فلفل، زردچوبه و دارچین

... دنیای شیرین

دسر کدو حلوائی و ماست

مواد لازم:

پودر ژلاتین	۲۰ گرم
شکر	۱ پیمانه
شیر	۱ پیمانه
پوره کدو حلوائی	۴۰۰ گرم
ماست	۴۵۰ گرم
خامه قنادی	۴۵۰ گرم
دارچین	نصف قاشق چای خوری
زنجبیل	یک چهارم قاشق چای خوری

طرز تهیه:

پودر ژلاتین را با یک پیمانه شیر روی حرارت ملایم قرار دهید و مرتب هم بزنید تا داغ شود اما قبل از اینکه بجوشد از روی حرارت بردارید. سپس اجازه دهید خنک شود. کدو حلوائی را بپزید و پوره کنید سپس همراه با شکر، ماست، زنجبیل، دارچین در ظرف ریخته و با دور متوسط همزن برقی، بزنید تا مخلوط شوند. خامه قنادی را به مخلوط افزوده و هم بزنید تا مواد یکنواخت شوند. درجه همزن را کم کنید، شیر گرم را به مخلوط اضافه کنید و به هم زدن را ادامه دهید. مخلوط را در ظروف سرو ریخته و از شب تا صبح در یخچال قرار دهید تا بسته شود. سپس روی آن را با خامه قنادی، مغز گردو و پودر دارچین تزیین و سرو کنید.



چرا بعد از خوردن صبحانه گرسنه می شویم؟

خیلی از افراد پس از صرف صبحانه دچار گرسنگی زودهنگام می شوند و اشتها و ولع بیشتری به خوردن ناهار پیدا می کنند، اما همین افراد با حذف وعده صبحانه دیرتر گرسنه می شوند و گاهی تا هنگام عصر، اشتهایی به خوردن ندارند.

راز این گرسنگی عجیب، در مصرف زیاد مواد شیرین مانند مربا، قند، شکر، شکلات و عسل و نان های بدون سبوس نهفته است. حدود نیم ساعت بعد از خوردن این خوراکی ها، به دلیل ترشح انسولین و کاهش قند خون احساس گرسنگی خواهید کرد. به این دلیل توصیه می شود، در این وعده بیشتر از مواد پروتئینی و فیبری استفاده شود و همراه با مواد شیرین، یک ماده پروتئینی مثل شیر، تخم مرغ و پنیر مصرف کنید. همچنین استفاده از نان سبوس دار یا جو در این وعده با ایجاد سیری طولانی مدت شما را کمتر دچار ریزه خواری می کند.



اگر به دنبال جایگزینی برای شیرینی های سفره صبحانه هستید، توت خشک، خرمای خشک زاهدی، کشمش یا مویز و شیر میوه ها و عسل های طبیعی کم گلکز مناسب تر و مغذی تر از شکرند. همچنین در افراد سالم، مصرف نیمرو کم روغن در وعده صبحانه به عنوان تنوع مشکلی ندارد. اما در بیماران دیابتی و مبتلایان چربی و فشار خون و کبد چرب و امثال آن بهتر است از تخم مرغ آب پز استفاده شود و گاهی زرده آن را خارج و تنها به خوردن سفیده اکتفا کنید.

یادتان باشد در وعده صبحانه زیاده روی نکنید. این که می گویند در وعده صبحانه به هر میزان که اشتها دارید بخورید، چون تنها وعده ای است که سبب افزایش وزن نمی شود، صحت ندارد. صبحانه مهم ترین وعده غذایی است، اما در هیچ وعده ای نباید زیاده روی کرد، زیرا باعث چاقی و اضافه وزن می شود و بیماری های مرتبط با اضافه وزن را به دنبال دارد.

چه زمانی تست کرونا بدهیم؟



در این روزهای پر التهاب کرونایی که با تعداد روزافزون مبتلایان به کرونا مواجهیم، آگاهی نسبت به آزمایش های تشخیصی اهمیت زیادی دارد. قابل اعتمادترین آزمایشی که در حال حاضر برای تشخیص کرونا مورد استفاده قرار می گیرد، آزمایش تشخیص عفونتی (PCR) است، که نتیجه مثبت آن به معنی وجود ویروس است، اما نتیجه منفی آن ممکن است ۴۰ درصد خطا داشته باشد.

به یاد داشته باشید اگر با فرد مبتلا به کرونا تماس داشتید، فردی آن روز اقدام به آزمایش نکنید، چون خطای آزمایش روز اول بسیار زیاد است بنابراین باید به مدت یک هفته صبر کرده و بعد نسبت به انجام آزمایش اقدام کنید، اما در این مدت باید ارتباط خود با دیگران را به حداقل برسانید. اگر نسبت به ابتلای خود مشکوک هستید، اما علائم شدید ندارید و جزو گروه های پر خطر (یعنی سالمندان، افراد دارای بیماری زمینه ای، خانم های باردار و کسانی که با این سه گروه ارتباط مستقیم دارند) محسوب نمی شوید، لازم نیست آزمایش بدهید، بلکه در خانه بمانید و استراحت کنید.

اگر به طور خفیف به بیماری مبتلا شدید ۱۰ روز بعد از شروع علامت به شرطی که تمام علامت ها (به جز حس بویایی و چشایی) بدون دارو از بین رفته باشد و اگر در بیمارستان بستری شدید، ۲ هفته پس از ترخیص از بیمارستان می توانید از قرنطینه خارج شوید.

نام آزمایش سرولوژی یا آنتی بادی هم این روزها زیاد به گوش می خورد، این تست برای مطالعات جمعیتی مناسب است و تنها مشخص

تأثیر چاقی زنان بر بیماری قلبی مردان!

ویژه رفتارهای مربوط به سبک زندگی اعضای خانواده در بروز بیماری های قلبی عروقی تأکید می کند و این موضوع ممکن است به شناسایی زودهنگام افراد در معرض خطر در جامعه و خانواده برای اجرای برنامه های پیشگیری کمک مؤثری کند.



بیماری های قلبی عروقی که به عنوان اصلی ترین عامل مرگ و میر در سطح جهان شناخته می شود، حاصل عوامل مختلفی اعم از محیطی و وراثتی است که به بروز آن منجر می شود. پرفشاری خون، تغذیه ناسالم، مصرف سیگار و فعالیت بدنی نامناسب از مهمترین عوامل محیطی پیدایش این بیماری است که در کنار عوامل ژنتیکی به ابتلا افراد به این بیماری ها منجر می شود. اعضای یک خانواده، دارای قرابت های فرهنگی زیادی هستند که باعث می شود عوامل خطر مشابهی را در ارتباط با بیماری قلبی و عروقی تجربه کنند و با توجه به عوامل وراثتی مشترک، ممکن است به لحاظ آماری نیز میزان ابتلا به بیماری های قلبی عروقی مشابه باشد.

نتیجه یک پژوهش ۱۶ ساله در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی نشان داد خطر ابتلا به بیماری های قلبی عروقی در مردانی که همسران آنها چاق یا دارای اضافه وزن بودند، نسبت به مردانی که همسران شان وزن طبیعی داشتند بیشتر است.

محققان می گویند زوجین در موقعیت های اقتصادی - اجتماعی، الگوهای غذایی و سایر عوامل محیطی و سبک زندگی مشترک اند، اما از نظر ژنتیکی بی ارتباط هستند. نتایج این مطالعه به نقش عوامل محیطی به

چه کنیم تا بعد از خوردن حبوبات دچار نفخ نشویم؟



حبوبات خواص فراوانی دارند و به دلیل پروتئین و آهن موجود در آنها از برخی خواص گوشت برخوردارند و در عین حال به دلیل نداشتن چربی و کلسترول منبع غذایی خوبی به حساب می آیند. اما خاصیت نفاخ بودن حبوبات باعث می شود خیلی ها در استفاده از آن احتیاط کنند. برای کاهش نفخ حبوبات نکات زیر را به کار ببندید:

بهتر است ۲۴ ساعت قبل از طبخ، حبوبات خیس بخورند و در طی این مدت آب آن را چند بار تعویض کنید.

حبوبات خیس شده را پیش از طبخ داخل دستمال نخی بریزید و کمی مالش دهید تا بتوانید

غذا نریزید. حبوبات را جدا پخته یا نیم پز کنید، آبکش کرده و بعد در غذا بریزید. ۲-۳ ساعت پیش از خوردن حبوبات میوه نخورید. می توانید حبوبات را در سالادها یا سوپ ها بگنجانید تا علاوه بر تامین آهن، منیزیم، منگنز، ویتامین ب،

پوست شان را جدا کنید. این کار تا حد زیادی باعث کاهش نفخ آن ها می شود. حبوبات را با ادویه های گرم و خشک مانند زنجبیل و دارچین و نعناع سرو کنید. هیچ وقت آبی که حبوبات را با آن پخته اید، در

جلوی افزایش وزن را بگیرید.

از مصرف هم زمان حبوبات با خوراکی های نفاخ

مثل سیب زمینی پخته جدا خودداری کنید.

حین پخت به حبوبات خود هویج، پیاز، رزماری و کرفس اضافه کنید.

مصرف حبوبات برای بیماری های گوارشی مانند رفلاکس، سوزش معده و خانم های باردار توصیه نمی شود.

حبوبات فیبر فراوانی دارند و احتمال یبوست را کاهش می دهند هم چنین فشار و قند خون را تنظیم می کنند اما در افراد مبتلا به میگرن و آلرژی می تواند موجب تحریک شود بنابراین قبل از مصرف با پزشک مشورت کنید.

تغییر موقعیت گوشی!

شکل قرار گرفتن موبایل هوشمندی را که در دسترستان است تغییر دهید؛ مثلاً اگر در محیط کار گرفتار حواس پرتی ناشی از شبکه‌های اجتماعی می‌شوید، موبایل را به پشت روی میز کارتان بگذارید تا اگر پیام اطلاع‌رسانی روی نمایشگرش ظاهر شد، از دید شما مخفی بماند. یا حتی موبایل‌تان را در حالی که اینترنتش قطع است، از داخل کیفتان بیرون نیاورید. این‌طوری کلاً موبایلی جلوی چشمتان نیست که دائم بخواهید آن را چک کنید.

بیداری بدون موبایل

یکی از عادت‌های ما آدم‌های معتاد به موبایل و اینترنت این است که صبح‌ها به‌محض بیدار شدن موبایل و شبکه‌های اجتماعی را چک می‌کنیم. اگر شما هم جز این افراد هستید، خواه‌ناخواه کمی از وقتتان با گشت‌زدن‌های بیهوده در صفحات شبکه‌های اجتماعی هدر خواهد رفت و اصلاً شاید همان صبح خبری بخواهید یا عکسی ببینید که کل روز درگیر آن باشید. سعی کنید صبح‌ها تا جایی که می‌توانید در برابر وسوسه سرزدن به شبکه‌های اجتماعی مقاومت کنید. البته در موقعیت‌های ضروری، مثلاً وقتی صبح قرار ملاقاتی دارید یا چیزی شبیه به آن، می‌توانید این قاعده را نادیده بگیرید. صبح‌ها سرتان را به کار دیگری گرم کنید؛ مثلاً می‌توانید کمی ورزش کنید یا کتاب داستانی را دست بگیرید و بخوانید.

منطقه ممنوعه

اگر آدمی هستید که به قول‌هایی که به خودتان می‌دهید وفادار هستید و سرخودتان کلاه نمی‌گذارید، می‌توانید قانونی برای خود وضع کنید و استفاده از موبایل هوشمند را در برخی از مناطق ممنوع کنید. جاهایی نظیر اتاق خواب، میز غذاخوری، اتاق کار در خانه و قسمت‌های دیگری نظیر اینها از جمله مکان‌هایی‌اند که وجود موبایل هوشمند در آنها بسیار حواس پرت‌کن است.

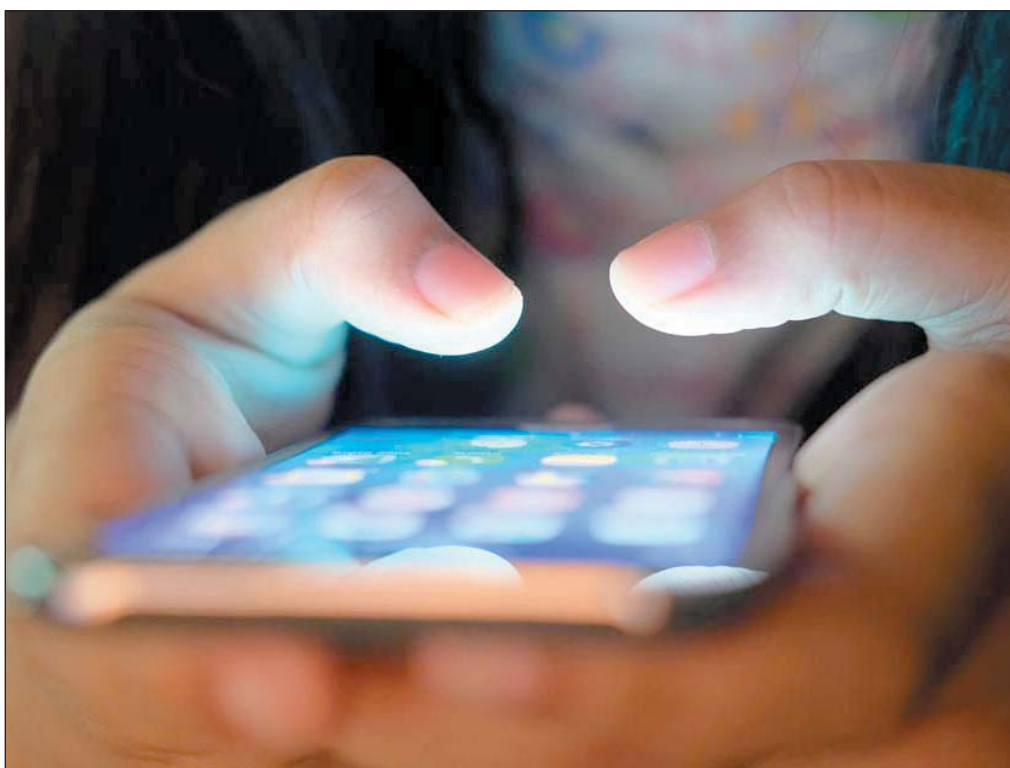
تعداد پست گذاشتن را کم کنید

بسیاری از ما از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنیم تا رخدادهای زندگی و دستاوردهایمان را با دیگران به اشتراک بگذاریم. شبکه‌ای نظیر اینستاگرام که همیشه درحال استوری یا پست گذاشتن در آن هستیم، گواه این موضوع است. ما هروقت در این فضا چیزی را بارگزاری می‌کنیم درواقع می‌خواهیم مدام چک کنیم که چه کسی آن پست را دید، چه نظرانی گذاشتند و چند نفر اظهار نظر کردند. این به‌خودی‌خود وقت زیادی از ما می‌گیرد. باید خود را به این محدود کنید که در طول روز، در هر کدام از پلتفرم‌ها، فقط یک بار پست بگذارید و نه بیشتر. به این شکل هم ارتباطتان با دیگران را حفظ خواهید کرد و هم به کار و زندگی شخصی‌تان خواهید رسید.

استفاده از وبلاکرها

درحال کار کردن هستید و از مرورگر ویندوز استفاده می‌کنید. کار کردن حس ملال به شما می‌دهد و لحظه‌ای وسوسه می‌شوید تا برگه جدیدی باز کنید و سری به یکی از شبکه‌های اجتماعی بزنید. این لغزش کوچک همان و هدر رفتن سسی‌چهل دقیقه‌ای زمان کاری شما همان. اما چرا از همان اول وبسایت شبکه‌های اجتماعی را در محیط کارتان مسدود نکنید؟

مسدودکننده‌های اینترنتی یا همان وبلاکرها این امکان را به شما می‌دهند. می‌توانید در ساعات کاری فعالشان کنید و از آنها برای مقابله با حواس پرتی ناشی از شبکه‌های اجتماعی بهره بگیرید.



نجات از غرق‌شدگی در فضای مجازی

● عطیه میرزا امیری

کارشناس ارشد روانشناسی

برای مطمئن شدن از کاری یا برای فهمیدن موضوعی نیاز به سرچی کوتاه در اینترنت داریم. گوشی را برمی‌داریم، وارد اینترنت می‌شویم. بعد از ساعت‌ها به خودمان می‌آییم و متوجه می‌شویم همه کاری کرده‌ایم جز آن کاری را که از اول قصد انجام دادنش را داشتیم. درست است که وصل شدن لحظه‌ای به اینترنت در این سال‌ها باعث پیشرفت ما شده است، اما استفاده از شبکه‌های اجتماعی فقط با اثرات و نتایج مثبت همراه نیست. حواس پرتی ناشی از شبکه‌های اجتماعی یکی از موارد منفی کار با آنهاست. برخی از آمارها نشان از این می‌دهد که کاربران شبکه‌های اجتماعی به‌طور میانگین حدود ۲٫۵ ساعت در روز را صرف مشاهده آخرین به‌روزرسانی‌ها و مطالب دیگر مندرج در این شبکه‌ها می‌کنند. زمان قابل توجهی که اگر کنترل نشود ممکن است خیلی چیزها، از زندگی شخصی گرفته تا کار و بهر‌موری را تحت‌تأثیر قرار دهد. اینکه چطور باید وابستگی به این شبکه‌ها را کنترل کرد و به فعالیت در این فضاها سروسامانی داد، در این مطلب می‌خوانید.

هدف‌تان چیست؟

اول از همه به این سؤال جواب دهید که با محدود کردن استفاده از شبکه‌های اجتماعی می‌خواهید به چه چیزی برسید؟ ریختن برنامه برای محدود کردن استفاده از شبکه‌های اجتماعی تا حدود زیادی وابسته به پاسخی است که به این سؤال می‌دهید. چون جواب دادن به این سؤال باعث می‌شود که انتظارتان در این مورد متعادل شود. شاید اصلاً کار شما همیشه به فضای مجازی در ارتباط است و کنترل کردنش دشوار و حتی غیرممکن باشد. اما شاید هم از اینکه شب‌ها تا دیروقت در شبکه‌های اجتماعی وقت می‌گذرانید خسته شده‌اید و می‌خواهید شب‌ها زودتر بخوابید. شاید یکی از شبکه‌های اجتماعی مورد استفاده درگیری ذهنی بدی برای شما ایجاد کرده باشد و دائم در حال مقایسه زندگی خودتان با دیگران هستید. شاید هم حواس پرتی ناشی از شبکه‌های اجتماعی به محیط کارتان کشیده شده باشد و بخواهید از این معضل خلاص شوید. هدف‌تان هرچه هست آن را بیابید و روی تکه کاغذی بنویسید. این تکه کاغذ را جایی بچسبانید که بیشتر روز جلوی چشمتان باشد؛ مثلاً اگر استفاده از شبکه‌های اجتماعی فعالیت‌تان در محیط کار را تحت‌تأثیر قرار داده، کاغذ را روی صفحه‌نمایش در محل کار بچسبانید.

... توصیه عاشقانه ...

زبان‌تان را گاز بگیرید



خیلی وقت‌ها در رابطه زوج‌ها می‌بینیم که هر چه عمر زندگی مشترک بیشتر می‌شود و زوجها بیشتر با هم احساس راحتی و محرم‌راز بودن می‌کنند، پرده ملاحظه و ادب هم از کلامشان بیشتر برداشته می‌شود و صراحت و تندگی جای لطافت و ادب را می‌گیرد. انتقادهای تند جایگزین

درخواست‌های عاشقانه می‌شود و چشم‌باز می‌کنند، می‌بینند رابطه‌شان به یک چرخه معیوب توهین و تحقیر و سرزنش تبدیل شده است. برای ترمیم رابطه‌تان، انتقاد و قضاوت را بس کنید. به یاد داشته باشید که هیچ‌کس نمی‌تواند ازدواجی را نجات بدهد اگر طرفین بیشتر از تحسین شدن مورد انتقاد قرار بگیرند.

انتقادهای مدام و پی در پی به همسران این حس را می‌دهد که او به اندازه کافی برای شما خوب نیست. این حس بعد از مدت کوتاهی سرد شدن رابطه را به دنبال دارد. قبل از هر چیز سعی کنید همسران را بشناسید و بعد از آن تفاوت‌های قابل قبول همدیگر را بپذیرید و هر جا نیازی به انتقاد بود آن را با کلامی نرم و اثرگذار بیان کنید.

... یافته‌های روانشناسی ...

استرس عمرتان را کم می‌کند



همه ما روزانه با تنش و اضطراب مواجهیم اما تحقیقات نشان می‌دهند که استرس طولانی مدت و سنگین به معنای واقعی کلمه می‌تواند سال‌ها تأثیر منفی بر زندگی بگذارد و این تأثیر بر مردان بیشتر است. در یک مطالعه اخیر، محققان موسسه بهداشت و رفاه فنلاند عواملی را که باعث کاهش امید به

زندگی در مردان ۳۰ ساله می‌شود بررسی کردند و دریافتند که استرس می‌تواند طول عمر یک فرد را به طور کلی ۲٫۸ سال کاهش دهد.

در زنان مورد مطالعه با استرس طولانی مدت هم اثرات مشابهی مشاهده شد، اما نتایج کمی بهتر بود. محققان دریافتند طول عمر زنان در کل ۲٫۳ سال کاهش یافت که علت آن سبک زندگی سالم‌تر در زنان است. در این مطالعه برخی عادت‌های مخرب که باعث کاهش امید به زندگی می‌شوند هم بررسی شدند و محققان دریافتند سیگار کشیدن ۵٫۵ سال و ورزش نکردن ۲٫۴ سال از عمر فرد را کم می‌کند. همچنین ابتلا به دیابت می‌تواند امید به زندگی یک مرد را به طور متوسط ۵٫۳ سال کاهش دهد.

دچار تحول می‌شود و دیگر نمی‌تواند مدام کودک اول را بغل کند و در آغوشش جای بدهد. همه اینها برای کودک اول باعث عصبانیت و وحشت از تغییر و پایان دورهای خوشایند می‌شوند. اینجاست که اهمیت آماده کردن فرزند اول برای فرزند دوم بسیار مهم می‌شود. مهم نیست که میزان واکنش‌های منفی کودک به این تغییرات چیست؛ درهرحال، اگر چندان پذیرای عضو تازه خانواده نیست، باید صبور باشید و کاری نکنید که احساس بدی به او دست بدهد.

گام سوم: مشورت گرفتن از او

گاهی لازم است که شاید نظر کودک اول را در مورد برخی از تغییرات پرسید. مثلاً او را در نام‌گذاری کودک جدید دخیل کنید. یا پرسیدن نظرش درباره موضوعات دیگر مانند خرید رختخواب، اسباب‌بازی و لباس نوزاد ایده خوبی است. حتی او را در پروسه خرید برای خواهر یا برادرش شرکت دهید. به او اجازه دهید که نظر بدهد و مثلاً لباس یا وسیله‌ای مانند جعبه را انتخاب کند. اجازه دهید که او احساس کند عضوی مهم از خانواده است و باید در فرایند ورود عضو جدید خانواده، حضور و مشارکتی فعال داشته باشد. این کار باعث می‌شود که او حس خوبی نسبت به فرزند جدید پیدا کند و از طرفی فکر نکند که فراموش شده است.

گام چهارم: حرف زدن در مورد اهمیت خواهر یا برادر بزرگ بودن

کودکان زیر سن مدرسه معمولاً خودمحورند. دنیا را از دریچه نگاه خودشان می‌بینند. علت این است که هنوز در حال شناخت و کشف دنیا هستند. با گفتگو درباره اهمیت برادر یا خواهر بزرگ‌تر و مهربان بودن، می‌توانید به تقویت این احساس خودمحور بودن او کمک کنید و کمی باعث خوش‌حالی‌اش بشوید. به او بگویید که خواهر یا برادری فوق‌العاده خواهد شد و چقدر خانواده برای کمک و حضورش ارزش قائل است. با خرید وسایل و تزئین تخت نوزاد، برای کودک اول هم چیزهایی بخرید؛ مثلاً روتختی‌اش را عوض یا چراغ خوابی تازه به اتاقش اضافه کنید.

گام پنجم: به کودک اول فشاری وارد نکنید

اگر کودک در برهه‌ای است که باید او را از پوشک بگیرید یا تنهایی خوابیدن را به او آموزش دهید، بیخیال شوید. این موقعیت زمان مناسبی برای این کارها نیست. هر یک از این تغییرات می‌تواند فشار بزرگی به فرزند اول وارد کند؛ مثلاً اگر به او اصرار کنید که دیگر تنها بخوابد و از تخت نوزادی به تختی بزرگ‌تر نقل مکان کند، احتمالاً این احساس را خواهد داشت که در حال تصاحب جای قبلی او برای تقدیم به نوزاد تازه‌وارد هستید.

زمانی که مادر وارد سه‌ماهه سوم بارداری می‌شود، وقت آن می‌رسد که درباره تغییرات پیش روی زندگی خانوادگی، کمی با فرزند اول صحبت شود؛ مثلاً به او بگویید که در هفته‌های اول، نوزاد کنار مادر یا در گهواره می‌خوابد و بعد از آن، به تخت نوزادی منتقل خواهد شد.



آماده کردن بچه‌ها برای تولد فرزند جدید

گام اول: دادن خبر مهم به او

برای خبر بارداری‌تان به کودکان و اینکه به او بگویید خواهر یا برادری در راه دارد، هیچ روش مشخص و قطعی وجود ندارد. می‌توانید با خواندن یک کتاب، یا لابه‌لای بازی کردن به او بگویید بستگی دارد که در چه شرایطی باشید و مدل رابطه شما و کودکان چطور باشد. این نکته را بدانید که کودکان زیر پنج‌سال، معمولاً درکی از مفهوم زمان ندارند؛ پس باید به آنها بگویید که خواهر یا برادر کوچکش در عیدنوروز یا زمانی که برف می‌بارد یا هر زمان دیگری (بنا به زمان زایمان) به دنیا خواهد آمد. اگر کودک درباره جزئیات زایمان و بارداری پرسش‌هایی مطرح کرد، مجبور به پاسخ‌دادن نیستید؛ مثلاً در جواب سؤال کلیشه‌ای نی‌نی‌ها از کجا می‌آیند، با پاسخی ساده ماجر را جمع‌بندی کنید: از شکم مامان. این پاسخ برای کودک کافی خواهد بود. بنا به پرسش‌های کودک به او اطلاعات بدهید، نه بیشتر و نه کمتر. در ضمن دروغ هم به او نگوئید. مثلاً به او نگوئید که نوزاد جدید را لک‌لک‌ها می‌آورند و....

گام دوم: انتظار بدخلقی و بهانه‌گیری از جانب کودک اول

طبیعی است که کودک اول درباره اتفاقی که در پیش است، احساساتی متناقض و متغیر از خود نشان بدهد. این تغییرات حتی می‌توانند ساعت‌به‌ساعت هم باشند. یک‌جورهایی در این برهه کودک خلق متغیری پیدا می‌کند. با نزدیک‌شدن زمان زایمان، آغوش مادر کمی

• عطیه میرزا امیری

کارشناس ارشد روانشناسی

وقتی متوجه می‌شوید که فرزند دومی در راه است، علاوه‌بر استرس‌های طبیعی که به دل‌تان راه پیدا می‌کند، چیز دیگری که باید به آن توجه کنید، چگونه خبر دادن این موضوع به کودکان است. پس در کنار تمام وظایف و اقداماتی که باید در جهت آماده‌شدن برای پذیرایی از فرزند جدید انجام دهید، وظیفه مهم دیگری هم بر دوش‌تان قرار دارد: آماده کردن فرزند اول برای فرزند دوم. اول از همه باید انتظار این را داشته باشید که فرزندتان هر واکنشی از خود بروز دهد؛ شاید خشم، شاید شادی و شاید هم بی‌تفاوتی. تمام این واکنش‌ها کاملاً طبیعی هستند. البته این را هم به خاطر داشته باشید که سن کودک هم در نوع بروز واکنش‌هایش اثرگذار است؛ مثلاً کودکان سه‌ساله به‌اندازه پنج‌ساله‌ها از تغییرات خانواده سر در نمی‌آورند؛ اما درهرحال، شناخت احساسات در حال شکل‌گیری، رشد آنها و واکنش‌هایی که درمورد احساسات خود دارند، بخش مهمی از رشد عاطفی آنهاست. بنابراین بهتر است که در فکر آماده کردن فرزند اول برای فرزند دوم باشید. خواندن این مطلب تا انتها می‌تواند به شما کمک کند.

... اشتباه‌های رایج ...



ناهماهنگی پدر و مادر در تربیت

یکی از اشتباه‌های رایج در تربیت کودک، ناهماهنگی و دو حرف بودن پدر و مادر در مقابل کودک است. وقتی کودک اشتباهی مرتکب شده و با تنبیه یکی از والدین مواجه می‌شود، والد دیگر نباید در نقش ناجی کودک وارد شده و او را تسکین دهد یا در مقابل والد دیگر قرار گیرد.

روش‌های تربیتی والدین وقتی موثر واقع می‌شود که در مقابل فرزندان متحد و هم‌نظر باشید. در این صورت کودک یاد می‌گیرد که قانون واحد است و باید به آن عمل کند. دو حرف بودن شما در مقابل کودک همچنین باعث تضعیف جایگاه یکی از والدین در مقابل کودک شده و سرکشی بیشتر او در مقابل شما را در پی دارد. وقتی اختلاف نظری میان شما و همسران در تربیت کودک وجود دارد، سعی کنید در کوتاه‌ترین زمان به توافق برسید و بحث را درباره تفاوت عقیده‌تان به بعد موکول کنید. در غیر این صورت بچه‌ها یاد می‌گیرند شما را در مقابل یکدیگر قرار دهند.

... بچه‌ها و یافته‌ها ...



تأثیر موسیقی بر تقویت توجه و حافظه کودک

نتیجه یک تحقیق نشان می‌دهد که کودکان با تمرین و نواختن منظم آلات موسیقی می‌توانند توجه و حافظه خود را تقویت کنند. محققان شیلی در این مطالعه برای اولین بار رویه کنترل توجه و رمزگذاری شنیداری را در مغز کودکانی که آموزش موسیقی

می‌دیدند و گروهی دیگر از کودکان که آموزش موسیقی نمی‌دیدند، بررسی و مقایسه کردند. این دو گروه از کودکان از لحاظ سن، بهره هوشی و میزان تحصیلات والدین تفاوتی نداشتند و محققان با MRI موفق شدند تغییرات کوچک ایجاد شده را در جریان خون مغز کودکان در حین نواختن موسیقی ثبت کنند. پژوهشگران دریافتند که دو مکانیزم مختلف زمینه ساز عملکرد بهتر توجه و حافظه کودکانی است که آموزش موسیقی می‌بینند. یکی از این مکانیسم‌ها از عملکرد توجه عمومی حمایت کرده و دیگری از مکانیسم‌های رمزگذاری شنیداری پشتیبانی می‌کند. نتایج این مطالعه در مجموع نشان داد که یادگیری نواختن ساز برای مغز مفید است. کودکانی که آموزش موسیقی می‌دیدند در آزمایشات توجه و حافظه، عملکرد به مراتب بهتری داشتند و از خلاقیت بالاتری برخوردار بودند.

چهل سال پیش در همین روز

تمامی مطالب از روزنامه اطلاعات روز شنبه ۱۰ آبان ماه ۱۳۵۹ (برابر با ۲۲ ذیحجه ۱۴۰۰، اول نوامبر ۱۹۸۰) نقل شده است.

نمایندگان ۶ کشور غیر متعهد به تهران می آیند

✽ در حالی که ۶۰ روز از جنگ عراق علیه جمهوری اسلامی ایران می گذرد، جهان با نگرانی، جزئیات این جنگ را دنبال می کند. این جنگ تحمیلی در نقاط مختلف جهان، یک سلسله رویداد و حوادث و فعل و انفعالات را باعث شده است که خبرگزاری های جهان آنها را منتشر کرده اند. در اینجا، به بخش هایی از این رویدادها، به نقل از خبرگزاری ها توجه فرمائید: منابع دیپلماتیک عرب اظهار داشتند: مالبریکا فرستاده شخصی فیدل کاسترو، رهبر کوبا، جهت تهیه مقدمات سفر اوائل ماه آینده هیتی متشکل از نمایندگان شش کشور غیر متعهد به بغداد و تهران شب گذشته وارد بغداد شد.

نمایندگان کشورهای الجزایر، کوبا، هند، پاکستان، یوگسلاوی و زامبیا در این هیئت جنبش غیر متعهد ها شرکت دارند.

لشکر مکانیزه عراق در جبهه دز فول منهدم شد

ستاد مشترک ارتش جمهوری اسلامی ایران اطلاعیه های شماره ۲۴۲ تا ۲۴۵ خود را به شرح زیر اعلام کرد:

رزمندگان جان بر کف نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران در بعد از ظهر هفتم آبان ماه مواضع مز دوران بعث عراق در کوه زین البهار و پاسگاه ها و برج های دیده بانی اطراف آن منطقه را زیر آتش شدید توپخانه قرار دادند و صدمات و خسارات فراوانی به مزدوران بعث و دشمنان کافر وارد ساختند.

در ساعت دو بامداد امروز (دیروز) نهم آبان ماه دلیر مردان جانباز نیروی زمینی ارتش جمهوری اسلامی ایران با نیروهای توان یافته از الله در جبهه دز فول موفق شدند با اجرای آتش دقیق و شدید خود یک آتشبار موشکی نیروهای دشمن کافر را در منطقه دز فول به کلی منهدم کنند. استعداد این آتشبار موشکی به دست نیروهای اسلام نابود شد شامل ۶ قبضه موشک انداز با سکوی پرتاب متحرک و هر قبضه دارای لوله پرتاب موشک و ۲۴۰ موشک ذخیره بوده است.

اگر آمریکای شریعت ایران را نپذیرد دگروگان ها محاکمه می شوند

روز پنجشنبه گذشته همانطور که اعلام شد، جلسه علنی مجلس شورای اسلامی به دلیل خودداری تنی چند از نمایندگان از شرکت در جلسه، موجب گردید که جلسه علنی رسمیت پیدا نکند و ناگزیر رئیس مجلس پس از یک ساعت انتظار، ختم جلسه را اعلام کرد.

چون این نخستین باری است که در مجلس شورای اسلامی آن هم هنگامی که قرار بود مسئله گروگان ها بررسی شود، گروهی از نمایندگان با ایستروکسیون مانع از رسیدن مجلس به حد نصاب قانونی برای تشکیل جلسه علمی رسمی می شوند در رابطه با این مسئله و علت تصمیم نمایندگان که از حضور در جلسه خودداری کردند با تنی چند از نمایندگان به گفتگو نشستیم.

حجت الاسلام معادیخواه:

۱- شرایط پیشنهادی کمیسیون ویژه در همان چهار چوبی است که امام مطرح کرده اند اما در عین حال شرایط دیگری از شرایط چهار گانه امام بیرون می آید فرع آنست و این شرایط را کمیسیون ویژه پیشنهاد کرده است.

۲- اگر آمریکای شرایط ما را نپذیرد، حتما گروگان ها محاکمه خواهند شد.

پل متحرک عراق بر رودخانه بهمنشیر منفجر شد

برابر آخرین اطلاع رسیده از جبهه های نبرد در آبادان که ساعت ۷:۴۵ بامداد امروز دریافت شد، حاکی است که در جریان نبرد میان رزمندگان جمهوری اسلامی ایران و مزدوران فریب خورده در حوالی کوی ذوالفقاری آبادان تا بامداد امروز حدود ۳۶ نفر از متجاوزان بعثی دستگیر و ۲۰۰ نفر به هلاکت رسیده اند. در میان اسیران، یک سرگرد، تعدادی درجه دار و چند سرباز وجود دارد.

بر اساس این گزارش رزمندگان دلیر اسلام شب گذشته در یک حمله متهورانه با آرپی، جی، هفت، یک پل متحرک عمال بعث عراق را که بر روی شرق رودخانه بهمن شیر نصب کرده و از طریق آن در حوالی کوی ذوالفقاری نفوذ کرده بودند، منهدم ساختند.

قاب امروز



نتیجه بی توجهی مردم و مسئولان شهرداری در مراقبت از پارک چیتگر تهران / عکس از: عباس سبزواری

سرایه

سر نیست کز تو بر سر خنجر نمی شود
تا سر نمی شود غمت از سر نمی شود
از شست عشق نو نبرد هیچ ناوکی
کان با قضای چرخ برابر نمی شود
هر دم به تیر غمزه بریزی هزار خون
وین طرفه تر که تیر تو خود تر نمی شود
سلطان نیکوئی و بیداد می کنی
می کن که دست شحنه به تو در نمی شود
انصاف من ز تو که ستاند که در جهان
داور نماند کز تو به داور نمی شود

روزم فرو شد از غم و در کوی عشق تو
این دود جز ز روزن من بر نمی شود
روزی هزار بار بخوانم کتاب صبر
گو شم به توست لاجرم از بر نمی شود
از آرزوی وصل تو جان و دلم نماند
کامد شد فراق تو کمتر نمی شود
کردم هزار یارب و در تو اثر نکرد
یارب مگر سعادت یاور نمی شود
خاقانیا ز یارب بی فایده چه سود
کاین یارب از بروت تو برتر نمی شود
خاقانی

امروز در تاریخ

ژنرال های ایرانی، سپاه روم را شکست دادند

یکم نوامبر سال ۵۷۸ میلادی دو ژنرال ایرانی با شکست دادن سپاهیان روم شرقی، دیاربکر و ارمنستان را پس گرفتند. این دو ژنرال ایرانی، «تیم خسرو» و «آذرمان»، سپس به پیشروی خود در جهت شمال غربی به سوی قسطنطنیه ادامه دادند. «تیر یوس دوم کنستانتین» که تازه امپراتور روم شرقی شده بود وقتی که چنین دید، درخواست ترک محاصره کرد و حاضر به پرداخت غرامت به دولت ایران شد. دولت ایران تنها با یک ترک محاصره سه ساله در ازای دریافت هر سال ۳۰ هزار نومیسم (اسکه طلا) موافقت کرد.

لغو قانون نظام وظیفه عمومی را قبول نکردند

در پایان دهه اول آبان ۱۳۲۰، مجلس و مقامات دولت وقت، با وجود اشغال نظامی ایران، موفق شدند متفقین را قانع کنند که از اصرار به لغو یا اصلاح قانون نظام وظیفه عمومی ایران منصرف شوند. در برابر این اصرار متفقین، تنها تنی چند از مقامات وقت سر فرود آورده بودند. این چند تن همان هایی بودند که سربازان وظیفه مستقر در پادگان ها را در جریان تعرض نظامی انگلستان و شوروی به ایران مرخص کرده بودند.

متفقین خواستار آن بودند که ایران به جای خدمت وظیفه عمومی و داشتن ارتشی عظیم، برای خود یک سپاه سی هزار نفری استخدامی مرکب از نظامیان حرفه ای به وجود آورد.

ورود دیپلمات آمریکایی به تهران

در پی پدید آمدن اختلاف نظر میان ایران و کنسرسیوم نفت که از هفتم آبان ۱۳۴۵ اشکار شده بود، یکم نوامبر این سال، اورل هریم، دیپلمات کارگشته آمریکایی برای رفع اختلاف وارد تهران شد. همزمان، ۳۰ نماینده هم از جانب کمپانی های عضو کنسرسیوم به همین منظور به تهران وارد شدند.

هریم که در تابستان ۱۹۸۶ در گذشت، از دهه ۱۹۵۰ بارها برای حل مسأله نفت و مسائل مربوط به روابط ایران و آمریکا وارد تهران شده بود.

پروفسور فن بایر، برنده نوبل شیمی

پروفسور «آدولف فن بایر» شیمیدان نامدار آلمانی که همه با نام او آشنا هستند ۱۳۱ اکتبر سال ۱۸۳۵ به دنیا آمد و ۸۲ سال عمر کرد و برنده جایزه نوبل در شیمی شد.

www.iranianshistoryonthistoday.com

سودوکو

۲۸۶۷

۳	۷							۴
۶	۲	۹					۷	
			۷				۱	
	۸	۱	۶	۵				
	۳					۲		
	۹	۱			۷	۳		
۲				۶				
۶			۳	۲	۵			
۴						۳	۶	

۲	۵	۸	۱	۴	۶	۳	۹	۷
۱	۴	۶	۳	۹	۷	۵	۸	
۳	۹	۷	۲	۵	۸	۱	۴	۶
۵	۸	۴	۶	۳	۹	۷	۱	۲
۹	۲	۵	۱	۷	۳	۸	۶	۴
۶	۷	۳	۴	۸	۹	۱	۵	۲
۸	۶	۲	۹	۱	۴	۷	۳	۵
۴	۱	۵	۷	۳	۹	۶	۲	۸
۷	۳	۹	۱	۴	۶	۲	۵	۸

حل ۲۸۶۶

جدول شرح در متن

غلامحسین باغبان

گريختن	اثری از عطار	عقد کننده	خط کش رسم	محل کسب
۱-۱	نیشابوری	تکرار حرف	پیشوا	سختی
۱-۲	۱-۱	۱-۱	۱-۱	بلند
۱-۳	۱-۱	۱-۱	۱-۱	روزی
۱-۴	۱-۱	۱-۱	۱-۱	روستا های بزرگ
۱-۵	۱-۱	۱-۱	۱-۱	مقابل ضرر
۱-۶	۱-۱	۱-۱	۱-۱	آخرین حرف انگلیسی
۱-۷	۱-۱	۱-۱	۱-۱	وسيله نوشتن
۱-۸	۱-۱	۱-۱	۱-۱	مردن از غم
۱-۹	۱-۱	۱-۱	۱-۱	فیلمنامه نویسی
۱-۱۰	۱-۱	۱-۱	۱-۱	تلف رختشویی
۱-۱۱	۱-۱	۱-۱	۱-۱	ل
۱-۱۲	۱-۱	۱-۱	۱-۱	بله روسی
۱-۱۳	۱-۱	۱-۱	۱-۱	داستان کوتاه
۱-۱۴	۱-۱	۱-۱	۱-۱	کل معطر سفید
۱-۱۵	۱-۱	۱-۱	۱-۱	رنگ
۱-۱۶	۱-۱	۱-۱	۱-۱	شاه فرانسوی
۱-۱۷	۱-۱	۱-۱	۱-۱	حل جدول
۱-۱۸	۱-۱	۱-۱	۱-۱	۵۳۷۹